Silvie Hege

POINTS DE REPÈRE | ÉGLISE EN MARCHE | FOI AU QUOTIDIEN

M
303.69
H462p
2017

Activités d'éducation à la non-violence

Éditions Mennonites

éditions mennonites

Siège social : ÉDITIONS MENNONITES
3 Route de Grand-Charmont
25200 MONTBÉLIARD
FRANCE
www.editions.mennonites.fr

Photo de couverture : *http://www.istockphoto.com - 172208451 « L'amour n'a pas de limites » RBFried*
Illustration de couverture et pictogrammes personnages : *Splatt*
Mise en page, infographie : *Timothée Markusse*

ISSN : 1625-7669
ISBN : 979-10-91090-17-9

IMPRIM'VERT®

Imprimerie : IMEAF - 26160 La Bégude-de-Mazenc - 20170802
Ce document est imprimé par IMEAF sur papier certifié PEFC
Dépôt légal : 4ème trimestre 2017

Silvie HEGE

Paix ! mes brebis...

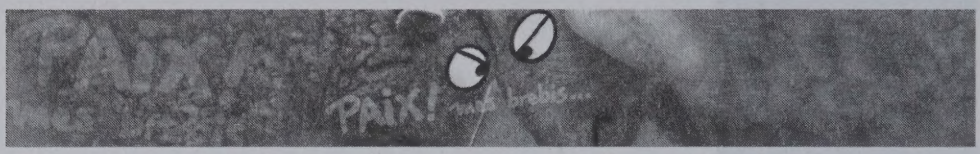
Activités d'éducation à la non-violence

Éditions Mennonites

Mennonite Historical Library
Goshen College, Goshen, Ind

M
303.69
M462P
2017

Introduction



Si vous voulez la paix..., préparez-la !

Si vous voulez la paix..., préparez-la ! Ce conseil pourrait s'adresser aux dirigeants des nations. Cependant, la violence ne se situe pas seulement au niveau des pays ou de l'industrie de l'armement, mais aussi au niveau individuel : chacun de nous est porteur, en lui-même, de violence. Ce Dossier fait le choix d'aborder la question sous l'angle individuel et non politique en considérant notre propre violence intérieure qui peut s'exprimer par des gestes, mais aussi par des paroles. Nous le constatons trop souvent au quotidien.

Effectivement, la paix dont il est question se prépare, c'est-à-dire qu'elle s'apprend et se cultive.

Les groupes d'enfants et d'ados des Églises constituent probablement le terreau privilégié dans lequel semer des graines de paix.

L'objectif de ce Dossier est de proposer à des adultes, dans le cadre de l'Église, lors de rencontres familiales ou autres, d'animer pour les 6 – 13 ans (voire 15 ans), des activités d'éducation à la paix et à la non-violence.

Ce Dossier présente des outils pour apprendre à faire la paix avec soi-même, faire la paix avec les autres, gérer ses émotions,

savoir s'affirmer sans violence, savoir écouter l'autre, développer de l'empathie, transformer les conflits, etc.

Nous savons qu'aucune technique ne peut remplacer la transformation intérieure, car c'est l'Esprit de Dieu qui change les cœurs. Nous pouvons cependant promouvoir une éducation à la paix et nous entraîner à communiquer sans violence.

Cette éducation est à poursuivre dans la durée et ne saurait évidemment se limiter aux seules activités proposées ici !

Après quelques recommandations sur l'utilisation du Dossier, cinq chapitres, agrémentés de dessins pleins d'humour de Splatt, présentent cinq séquences ayant pour thèmes une meilleure connaissance de soi et de l'autre, le conflit, la coopération et la justice restaurative.

En général, chaque séquence est constituée de plusieurs séances pour lesquelles une trame et des outils sont proposés. Même si, dans l'ensemble, une séance est prévue pour une durée approximative de 50 minutes, chacune d'elles a une structure suffisamment souple pour que sa durée et son contenu puissent être adaptés à des groupes variés (âge, nombre de participants…).

Après une brève introduction sur la thématique de chaque séquence et même de chaque séance, les objectifs sont clairement identifiés. Un ou deux jeux, faisant office d'accroche, permettent de faire découvrir cette thématique aux participants.

Régulièrement, un paragraphe intitulé « Pour aller plus loin… » suggère à l'animateur des pistes de réflexion qui s'adressent soit à lui directement soit aux participants, le but étant d'approfondir le thème ou de prendre du recul par rapport à ce qui vient de se vivre dans le groupe.

Un paragraphe intitulé « Ce qu'en dit la Bible » propose ensuite l'étude d'un texte qui donne un éclairage biblique à la thématique de la séance. Différentes façons d'écouter le texte, de le questionner, de le faire résonner en chacun, sont présentées dans les recommandations d'utilisation du Dossier (voir page 12).

À la suite de cela, une activité de réinvestissement peut être menée, sous forme de jeu notamment.

La conclusion peut s'effectuer par le biais de la rubrique « Pour aller plus loin… » ou par la mémorisation d'un passage biblique lié au thème abordé.

À la fin du Dossier, une annexe rappelle des fondements bibliques de la non-violence et une dernière partie répertorie des ressources avec quelques références de livres, des adresses de sites proposant d'autres activités, ainsi que des liens vers des vidéos en rapport avec les différents thèmes.

Un grand merci à SPLATT pour ses illustrations pleines d'humour, à Rachel Nussbaumer pour ses remarques pertinentes lors des relectures, ainsi qu'à Jean-Luc Gadreau et Vincent Miéville pour leurs recommandations de films en lien avec ce Dossier.

« Nous croyons que Dieu est le Dieu de la paix et qu'il veut la paix dès l'origine du monde qu'il créa. Cette paix est pleinement révélée en Jésus-Christ. C'est lui notre paix et celle du monde entier. Nous comptons sur le Saint-Esprit pour suivre le Christ sur le chemin de la paix, pour exercer la justice, pour apporter la réconciliation et pour pratiquer la non-résistance, même en temps de trouble et de guerre. » C'est ce qu'affirme la *Confession de foi dans une perspective mennonite* (2014).

Si nous voulons mettre nos pas dans ceux de Jésus qui nous indique un chemin de paix, ce n'est pas à la passivité que nous sommes invités, mais à nous mettre en route et à oser nous affirmer sans violence. Cela s'apprend et se cultive comme le propose ce Dossier en nous offrant des outils efficaces à utiliser avec les enfants et les jeunes.

Recommandations pour le groupe

Bien sûr, il ne suffit pas de lire la Bible pour entretenir des relations pacifiées avec les autres. Nous le souhaitons peut-être, mais ce n'est pas le cas. Dans le cadre d'une éducation à la paix auprès des enfants et des jeunes, des outils permettent de développer un savoir, un savoir-faire et aussi un savoir-être qui favorisent des relations coopératives et solidaires.

Les compétences à acquérir sont de plusieurs ordres. Elles vont des compétences centrées sur soi, à des compétences tournées vers le monde, en passant par celles qui permettent l'attention à l'autre et à l'organisation sociale.

Règles de vie de groupe

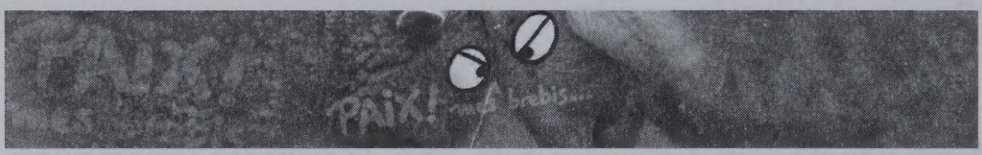
Quel que soit le groupe qui démarre, pour pouvoir vivre ensemble, il est nécessaire de s'organiser, d'élaborer, d'accepter et de respecter quelques règles dans différents domaines : la prise de parole, l'écoute, les déplacements, le soin du matériel collectif, le respect, la sécurité... Ces règles peuvent être rédigées en termes de droits et de devoirs et leur élaboration donne l'occasion de s'exprimer sur les objectifs du groupe.

Comme pour les adultes, qui dit règle dit infraction possible ! La transgression d'une règle connue de tous est l'occasion de réfléchir ensemble à une éventuelle sanction dans le cadre d'une discipline restaurative.

Cercle et prise de parole

Pour relier davantage la vie quotidienne des enfants à la vie de l'Église, chaque séance peut débuter par un tour de table : les participants sont assis en cercle, afin de faciliter l'expression, le dialogue et le sentiment d'appartenance au groupe. Chacun exprime, à tour de rôle, s'il le souhaite, comment il se sent ou raconte un fait vécu au cours de la semaine.

Un bâton de parole, objet symbolique proposé, est tenu par celui qui a droit à la parole. C'est l'une des règles à établir. Sa circulation permet de réguler les interventions des participants. Il est surtout utile dans les groupes de jeunes enfants.



Recommandations pour l'utilisation du Dossier

La durée des séances est d'environ 50 minutes, tout en sachant que celle de certains jeux varie selon le nombre de participants.

Sauf exception, chaque séance s'appuie sur un texte biblique : c'est la rubrique « 📖 **Ce qu'en dit la Bible** ». Des questions sont proposées pour favoriser une réflexion en lien avec le thème. Il existe de nombreuses manières de lire un texte, de le faire vivre, etc.

S'il s'agit d'un récit, après lecture, l'animateur commence par vérifier que les personnages ont été identifiés et le déroulement de l'action compris.

Différentes pistes possibles :

• L'animateur se met à la place d'un personnage et raconte alors, de son point de vue, ce qu'il lui arrive (les faits), ce qu'il ressent (les émotions), tout en restant fidèle au texte biblique.

• Avec les plus grands, le récit peut être joué ou plus simplement, on peut distribuer les personnages, et l'animateur, tel un reporter, interroge les « acteurs » sur les faits, les émotions ressenties…

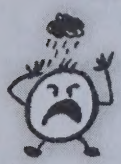
• Le groupe peut jouer la scène et faire un arrêt sur image en prenant une pause illustrant un moment clé du récit. On confronte les points de vue de chacun.

• Après lecture du texte et des questions, on peut suggérer d'écrire un tweet ou un SMS ou autre, afin de transmettre ce qui paraît important.

• Certains récits bibliques existent en vidéo sur des sites variés : celui de l'association Logoscom, des dessins animés sur YouTube… On peut comparer le film avec le texte biblique.

• On peut réaliser, à l'aide de Playmobil ou de Lego, des scènes illustrant le récit, les prendre en photo et en faire un diaporama ou les imprimer comme les romans-feuilletons d'autrefois !

Il existe aussi de multiples façons de découvrir un verset biblique, notamment sous forme de message secret codé ; des sites Internet, comme www.les-scouts.com, donnent accès à des encodeurs simples et variés.



Il est utile et important de **mémoriser**, de connaître par cœur et avec le cœur, des versets bibliques ou des passages. Voici quelques suggestions, mais vous en trouverez d'autres.

• Par le chant

Pour les plus jeunes, par exemple, *Chantons la Bible en famille*, vol. 1 et 2, de Daniel Pialat ; de nombreux chants des recueils JEM Kids (Jeunesse en Mission).

• Par les gestes

De nombreuses possibilités s'offrent à vous. Quelques exemples :

- La LSF, langue des signes (mais parfois les gestes sont assez compliqués), par exemple sur le portail européen de la langue des signes.

- Le Makaton, programme d'aide à la communication et au langage, qui s'utilise avec la parole, les signes et/ou les pictogrammes sur www.makaton.fr.

- Se mettre d'accord avec les enfants sur des gestes simples.

• Par la reconstitution du texte

Il s'agit de reconstituer des puzzles dont les pièces sont des phrases ou des mots écrits sur des étiquettes ; les enfants peuvent travailler par groupes de deux pour reconstituer un verset et sa référence, puis l'apprendre par cœur. Ensuite, les différents groupes se mettent ensemble pour reconstituer le texte. Relire plusieurs fois le résultat final et s'assurer que le texte est bien compris. Cet exercice fait travailler sur le sens, tout en s'aidant d'indices liés à la langue. Par exemple, pour un verset, cela pourrait donner :

VOUS | ET | VOS | PRIEZ | ENNEMIS | POUR
MT 5.44 | AIMEZ | QUI | PERSÉCUTENT. | CEUX

Pour simplifier la tâche à des enfants plus jeunes, mieux vaut écrire des groupes de mots en minuscules sur les étiquettes :

ceux qui vous persécutent. | priez pour | Mt 5.44
Aimez vos ennemis | et

Veiller aux majuscules et à la ponctuation qui sont des indices importants.

Relire plusieurs fois et insister sur le sens du verset, c'est là l'essentiel ! On trouve, par exemple, un générateur d'étiquettes sur le site www.kt42.

• Par effacement progressif

Cette méthode s'appuie principalement sur la mémoire visuelle, mais convient aussi à ceux qui ont une mémoire auditive pour peu que le texte soit relu à voix haute, à chaque fois.

La longueur du passage à mémoriser est à adapter suivant l'âge. Le texte, écrit sur un tableau effaçable, est lu à plusieurs reprises et l'on en vérifiera bien sûr la compréhension. Effacer les

mots significatifs un par un, les remplacer par un trait de longueur proportionnelle à celle du mot effacé, faire relire à chaque fois le verset jusqu'à ce qu'il ne reste plus que quelques mots : les, de...

Par exemple :

Aimez vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent. Mt 5.44

_____ vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent. Mt 5.44

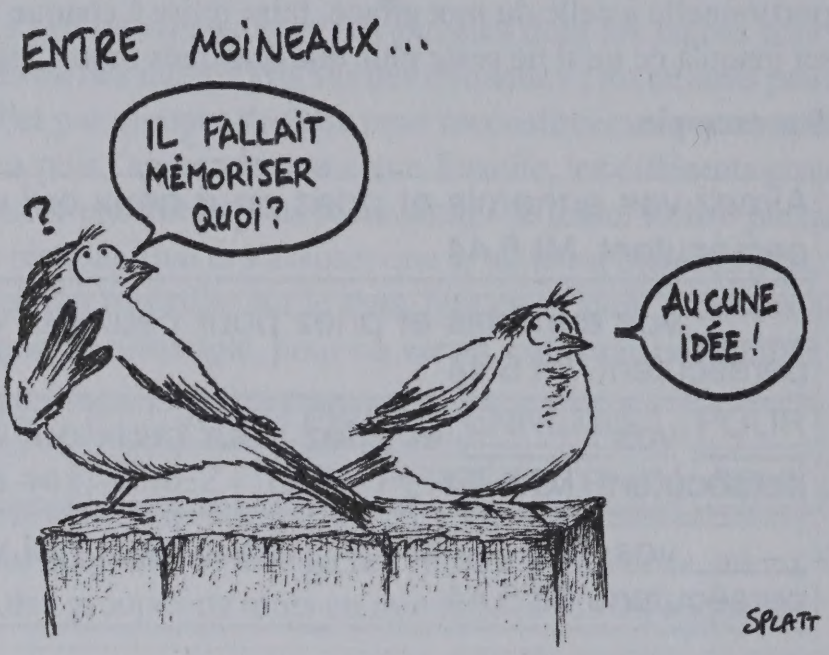
_____ vos _____ et priez pour ceux qui vous persécutent. Mt 5.44

_____ vos _____ et ____ pour ceux qui vous persécutent. Mt 5.44

etc., jusqu'à ce que le verset soit mémorisé.

En l'absence de tableau, on peut écrire le texte sur des étiquettes (une pour chaque mot) accrochées à une ficelle par des pinces à linge. Au lieu d'effacer, on retourne les étiquettes au fur et à mesure.

Dans tous les cas, veiller à ce que chacun garde une trace du verset appris, pour que cela ne soit pas que de la mémoire à court terme (marque-page à réaliser, à garder, par exemple).


ENTRE MOINEAUX...
IL FALLAIT MÉMORISER QUOI?
?
AUCUNE IDÉE!
SPLATT

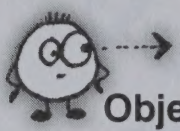
Chapitre I

Commencer par soi

Dans le cadre d'une éducation à la paix, il est important de commencer par développer la connaissance de soi, l'estime et la confiance en soi. Cela signifie prendre conscience de son propre caractère, de ses goûts, de ses points forts, de ses faiblesses, de façon à accepter ses propres limites et à favoriser des relations constructives avec les autres.

1.1 Présentons-nous

Lors de la formation d'un groupe dont les membres se connaissent peu, en début d'année ou à l'arrivée de nouveaux participants, des présentations facilitent évidemment les relations.



Objectifs : • Faire connaissance. • Découvrir le prénom de l'autre, l'un de ses goûts.

Jeux : au choix, suivant le temps disponible.

Je m'appelle et j'aime

▷ *Pour qui ?* 6–10 ans, adaptable à des plus jeunes

▷ *Nombre de participants :* 15 au maximum

▷ *Déroulement :* s'asseoir en cercle. L'un des participants s'avance au centre du cercle pour dire son prénom et citer une chose qu'il aime, afin que les autres le connaissent mieux. Par exemple : *« Je m'appelle Charlotte et j'aime lire des BD. »* Il s'agit de parler d'un goût, d'une passion, pas de personnes. Puis un autre participant qui aime la même chose peut se déplacer au centre et prendre sa place. Cette personne reprend *« Je m'appelle et j'aime... »* et cite une autre chose qu'elle aime. Et ainsi de suite… Il ne faut passer qu'une seule fois au centre du cercle, sauf si le jeu est bloqué.

L'animateur peut commencer et ensuite veiller à ce que chacun participe, mais sans contrainte !

▷ *Variantes :*

• Un deuxième tour : se déplacer vers un camarade, puis lui dire : *« Tu t'appelles... et tu aimes ... »*

• Sans déplacement, avec utilisation d'un ballon ou d'un frisbee. Celui qui reçoit le ballon s'exprime, puis l'envoie à quelqu'un d'autre et ainsi de suite.

• Pour les plus jeunes : disposer au centre du cercle des images représentant des activités, des objets, des situations ; présenter les images ; chacun vient au centre du cercle et montre l'image de son choix en ajoutant, s'il le souhaite, un commentaire.

Attention ! Pas de consigne avec « Je n'aime pas ».

Bonjour théâtral

▷ *Pour qui ?* 7–10 ans

▷ *Nombre de participants :* 15 au maximum

▷ *Déroulement :* se mettre debout, en cercle. L'un des participants s'avance vers le centre dans un mouvement qu'il choisit lui-même et en donnant son prénom. Cela peut aussi être un geste ou un mime très court. Ensuite, tous les autres imitent son mouvement en disant : *« Bonjour »,* suivi du prénom. Quand tout le monde est passé, l'animateur propose un exercice de mémoire : il donne un prénom et tout le groupe répète son bonjour tel qu'il a été fait.

▷ *Variantes :*

• On reprend à chaque fois la liste des prénoms précédents.

• Pour la seconde partie de l'activité, un participant qui se souvient du prénom et du bonjour de l'un d'entre eux le répète.

Les prénoms sur étiquette

▷ *Pour qui ?* Plus de 10 ans

▷ *Nombre de participants :* 15 au maximum

▷ *Matériel :* des étiquettes, un feutre

▷ *Déroulement :* l'animateur colle sur le front de chaque participant une étiquette sur laquelle est inscrit le prénom d'un autre participant. Tous se déplacent dans la pièce et posent au hasard de leurs rencontres une question qui ne doit pas porter sur l'apparence physique des participants, et dont la réponse doit être *« oui »* ou *« non ».* Ainsi, à partir des réponses des

autres, chacun peut deviner le prénom inscrit sur son étiquette. Après un certain temps, les discussions s'arrêtent et chacun émet l'hypothèse du prénom inscrit sur son étiquette.

Memory (jeu à préparer à l'avance)

▷ *Pour qui ?* 7–12 ans

▷ *Nombre de participants :* 6 à 10

▷ *Matériel :* une photo de chaque participant et un dessin ou une photo d'objet qui le caractérise

Déroulement : celui d'un jeu de memory classique où il s'agit d'apparier la photo de chaque participant avec celle de l'objet qui le caractérise, en précisant à chaque fois le prénom de la personne dont la photo vient d'être retournée. Au préalable, pour faciliter le jeu, on aura demandé à chacun son prénom et la raison du choix de son objet.

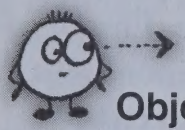
Pour aller plus loin...

Revenir sur le déroulement du jeu : quelles stratégies ont été utilisées pour se rappeler les prénoms ? Qu'a-t-on ressenti… surtout si son prénom a été oublié ?

Conclure la séance par un temps de reconnaissance au travers de « prières pop-corn », c'est-à-dire de prières courtes, qui explosent les unes après les autres comme des pop-corn !

1.2 Je suis unique

Il est essentiel d'être celui ou celle que Dieu veut que je sois et cela ne coïncide pas toujours avec celui ou celle que j'aimerais être ou paraître. La différence entre les deux est souvent source de tensions. En outre, Dieu me demande d'aimer mon prochain comme moi-même. Or, pour s'accepter et s'aimer soi-même, encore faut-il se connaître. Le nom, le prénom suffisent-ils à se définir ?



Objectifs : • Réfléchir à son identité. • Apprendre à se connaître soi-même, ainsi que l'autre dans le groupe.

Jeux

Jeu du détective

▷ *Pour qui ?* 8–12 ans

▷ *Nombre de participants :* plus de 6

▷ *Déroulement :* distribuer à chaque participant une liste à compléter ; il s'agit de trouver au moins une personne répondant au critère demandé. Par exemple, il s'agira de trouver quelqu'un qui a son anniversaire le même mois, qui a un animal à la maison, qui a le même nombre de frères et sœurs, qui aime le

chocolat, qui lit au moins un livre par mois, qui pense que..., etc.

Prévoir plusieurs listes différentes pour favoriser une vraie recherche.

Qui suis-je ?

▷ *Pour qui ?* 10–15 ans

▷ *Nombre de participants :* 8 à 15

▷ *Déroulement :* distribuer une feuille où est inscrite six fois la phrase *« Je suis... »*. Demander à chacun de compléter les six énoncés avec ce qui le caractérise : fille ou garçon, détails physiques, traits de caractère, qualités, défauts, etc. Ensuite, en groupe entier, l'animateur peut reprendre les réponses et les inscrire sur un tableau, en organisant les réponses en deux colonnes, sans les nommer obligatoirement : références sociales (ex : *« Je suis une fille »*), références personnelles (ex : *« Je suis une fille passionnée de foot »* ou *« Je suis une personne timide »*).

Pour aller plus loin...

Se définir six fois : est-ce beaucoup ou peu ? Était-ce facile ou difficile ? Pourquoi deux colonnes ?

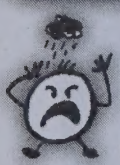
Il y a différentes manières de se voir et il n'est pas si facile de se présenter. On remarque des ressemblances inattendues et des différences entre nous.

Ce qu'en dit la Bible

Ps 139.13-18

Que nous apprennent ces versets ? D'une part, que nous sommes une vraie merveille, d'autre part, que Dieu, lui, nous connaît jusqu'au plus profond de nous-mêmes, tels que nous sommes ; en outre, il a voulu notre existence. Pour les plus grands : comment le psaume exprime-t-il cela ? Qu'est-ce que cela change à notre façon de vivre ? En quoi est-ce un réconfort ? Au-delà de nos particularités, chacun de nous est, avant tout, une créature merveilleuse, car c'est Dieu qui l'a créée.

En vue de cette séance, l'animateur peut apporter ou demander à des enfants d'apporter des photos d'échographie où l'on distingue déjà certaines parties du bébé.



Mémorisation par les gestes

« C'est toi qui as produit les profondeurs de mon être, qui m'as tenu caché dans le ventre de ma mère. Je te célèbre, car j'ai été fait de façon merveilleuse. Tes œuvres sont étonnantes, je le sais bien. Mon corps ne t'était pas caché lorsque j'ai été fait en secret, tissé dans les profondeurs de la terre. » (Ps 139.13-15)

Jeu (selon le temps disponible)

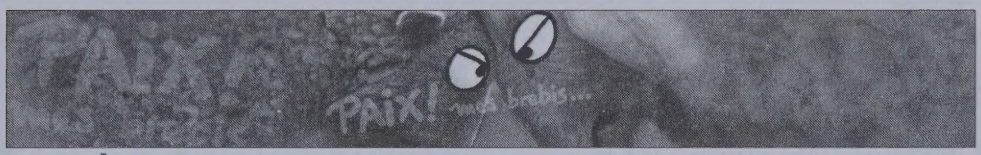
Le blason

▷ *Objectifs particuliers :* découvrir en quoi chacun est unique et a pourtant des points communs avec d'autres ; découvrir sa contribution à la construction du groupe.

▷ *Pour qui ?* À partir de 6 ans

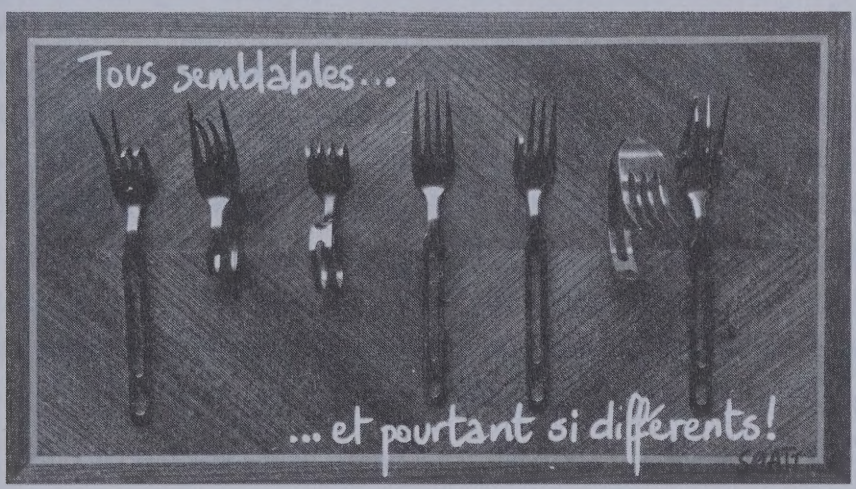
▷ *Nombre de participants :* 15 au maximum

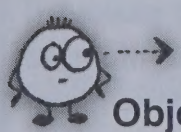
▷ *Déroulement :* expliquer ce qu'est un blason. Chacun reçoit une feuille avec éventuellement le contour du blason. Ce blason sera divisé en quatre, de façon à accueillir quatre thèmes de présentation : sa famille, son sport favori, son passe-temps préféré, un rêve qu'il souhaite réaliser, etc. Il s'agit d'illustrer les quatre parties du blason selon une technique choisie : crayon, peinture, collage, écriture, etc. À la fin, l'affichage des blasons favorisera un échange où chacun pourra expliquer ses choix.



1.3 À la fois semblables et différents

Qui nous sommes ne se réduit pas à ce qui se voit de nous. Il en est de même pour l'autre, qui ne se réduit pas à ce que nous voyons de lui. Il est donc utile de constater qu'au-delà des différences apparentes qui sont parfois sources de peurs ou de rejets, des points communs nous rassemblent.





Objectifs :

- Découvrir nos ressemblances et nos différences, au-delà des apparences.
- Apprendre à respecter en l'autre, à la fois ce qui est différent de soi et ce qui est semblable.
- Comprendre que la diversité fait partie de ce que Dieu a créé et voulu et que la différence permet la complémentarité.

Jeu

Le domino humain

▷ *Pour qui ?* 8–13 ans

▷ *Nombre de participants :* au moins une dizaine

▷ *Déroulement :* rappeler le principe du jeu de dominos que les enfants connaissent peut-être. De la même manière, il s'agit de constituer une ligne, en se plaçant à tour de rôle à côté de quelqu'un avec qui nous pouvons avoir un point commun visible ou non. Chaque binôme représente alors un domino. Le jeu se termine quand la chaîne est complète. Chacun dira, au sein du grand groupe, en regardant l'autre : *« Je me place à côté de toi, ... (prénom), parce que, comme toi, j'ai... ou je suis... ou j'aime... »*

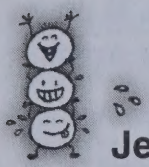
Ce qu'en dit la Bible

1Co 12.12-27

Quel mot revient très souvent dans ce texte ? Que se passe-t-il si un membre est retiré ? Que se passe-t-il si un seul membre est tout le corps ? Beaucoup de gestes et d'actions deviennent impossibles.

Proposer des défis qui soulignent la nécessité de disposer de mains, de pieds, d'oreilles, etc. Par exemple, demander au groupe de construire une tour en Kapla sans utiliser les mains, réaliser seul un parcours les yeux bandés, puis avec l'aide d'un autre participant qui voit et peut guider.

Diversité et complémentarité : souligner que ce sont les différences qui permettent la complémentarité. Jésus-Christ nous invite à changer de regard sur nous-mêmes, afin d'accueillir nos fragilités, nos faiblesses, nos limites et il nous invite aussi à être sensibles à celles des autres.



Jeux (au choix)

Se lève celui qui... (jeu d'appartenance)

▷ *Pour qui ?* 8–12 ans

▷ *Nombre de participants :* 8 à 15

▷ *Déroulement :* dans le groupe, chacun pense à un participant qui semble très différent de lui et dont il garde secret le prénom. L'animateur demande à ceux qui correspondent à la description de se lever, puis de se rasseoir :

- Ceux qui ont les yeux bleus
- Ceux qui aiment se lever tôt
- Ceux qui ont au moins une sœur
- Ceux qui sont timides
- Ceux qui aiment faire les choses lentement

Pour que tous soient debout, terminer par *« Ceux qui ont plus de X années ».*

La personne choisie initialement s'est-elle levée ?

Ne pas se fier aux apparences

▷ *Pour qui ?* 8–15 ans

▷ *Nombre de participants :* nombre pair

▷ *Déroulement :* se mettre deux par deux, garçons et filles mélangés bien sûr. Chaque binôme doit trouver cinq points communs qui ne sont pas apparents (cela exclut donc les lunettes, la couleur de cheveux, etc.) et cinq différences. Il peut s'agir de goûts, du nombre ou des prénoms de frères et sœurs, d'un sport pratiqué...

Illusions d'optique

▷ Afin d'apprendre à changer son regard ou à ne pas se fier aux apparences !

Des livres présentent des illusions d'optique, ainsi que de nombreux sites Internet accessibles à partir des mots « illusions optique ».

Pour aller plus loin...

Par exemple, après le jeu « Se lève celui qui... »

• *Qu'as-tu ressenti lorsque tu t'es levé ?*

→ Plaisir de partager des points communs, gêne ou fierté d'être différent…

• *La personne que tu pensais être très différente de toi, ou très éloignée de toi, s'est-elle levée en même temps que toi ?*

→ Même si nous sommes différents, il est possible de se trouver des points communs. De même qu'il est possible de trouver des différences avec la personne la plus proche.

• *As-tu remarqué autre chose ?*

→ Lors de l'activité, chacun se retrouve soit assis, soit debout, soit seul, soit avec d'autres. On pourrait dire aussi que, le plus souvent, nous faisons partie d'un groupe.

• *Que nous apporte le fait d'avoir des ressemblances ou des points communs ?*

→ Partager les mêmes goûts, les mêmes idées, les mêmes avis, les mêmes habitudes, permet de se sentir proches, d'appartenir à un groupe, et c'est rassurant. On peut aussi partager des activités, des moments…

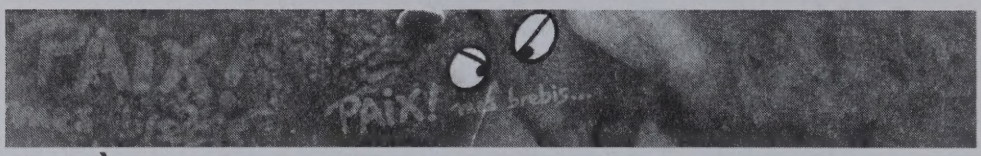
• *Que peuvent nous apporter nos différences ?*

→ Les différences favorisent la complémentarité dans les qualités, les talents. Elles apportent de la variété, de la nouveauté. Alors on peut s'entraider, apprendre grâce aux autres, avoir envie de découvrir. Observer ses différences et ses ressemblances avec les autres permet finalement de mieux se connaître soi-même, un peu comme si on se regardait dans un miroir.

→ Comment surmonter ou transformer la peur éprouvée devant quelqu'un de très différent ? Chercher les points positifs d'une telle rencontre (élargir notre petit monde, dépasser le stade du jugement, voire du mépris, pour marcher sur le chemin de l'amour à la suite du Christ, vivre l'enrichissement et la joie).

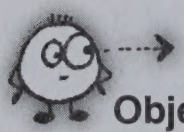
→ Quel rôle positif peuvent jouer les différences ? Penser à la génétique, à la nature...

→ Insister sur le fait que, pour chacun, tout n'est pas figé, que certaines choses, comme le caractère, peuvent évoluer.



1.4 À la fois fort et faible : j'ai de la valeur !

Chacun a des qualités, des compétences et il est bon d'en avoir conscience, afin de pouvoir, par exemple, transformer des situations d'échec en occasions d'apprentissage ou afin de pouvoir s'en servir comme appui dans toute nouvelle situation. Chacun a aussi ses faiblesses et ses propres limites dont il est souhaitable d'avoir une juste perception.



Objectifs :

- Prendre conscience de ses points forts et de ceux des autres, découvrir ses limites et celles des autres.
- Prendre en compte la difficulté d'un autre, voire son handicap.
- Avoir conscience de sa propre valeur pour Dieu.
- Avoir une image positive de soi, afin d'aborder les autres plus sereinement, d'avoir des relations plus ajustées entre orgueil et humilité excessive.

Jeu

J'ai des qualités et des défauts – Écrire un acrostiche

... avec son prénom et un adjectif (plutôt positif) commençant par chacune des lettres et qui définit qui l'on est.

▷ *Pour qui ?* À partir de 8 ans

▷ *Matériel :* papier, feutres...

▷ *Par exemple :* Léa : Loyale, Énergique, Affectueuse.

Évidemment, Nathanaël ou Emmanuelle devront avoir plus d'inspiration !

L'animateur pourra suggérer des qualités de cette liste non exhaustive :

A : accessible, accueillant, actif, admirable, adroit, affable, affectueux, affirmatif, agréable, aidant, aimable, ambitieux, amusant, apaisant, appliqué, ardent, assidu, astucieux, attachant, attentif, audacieux, authentique, autonome…

B : bon, bienfaisant, bienveillant, brave, brillant…

C : calme, captivant, chanceux, charmant, charmeur, clément, compatissant, complaisant, compréhensif, conciliant, confiant, constant, coopérant, courageux, courtois, créatif…

D : débonnaire, décidé, délicat, déterminé, dévoué, diplomate, discret, distrayant, divertissant, doux, droit, dynamique…

E : efficace, émouvant, énergique, enjoué, équitable, étonnant, éveillé, exemplaire…

F : facile, fantaisiste, fascinant, ferme, fiable, fidèle, fin, formidable, franc…

G : gai, galant, généreux, gentil…

H : habile, hardi, héroïque, heureux, honnête, humain, humble…

I : imaginatif, indomptable, indulgent, intrépide, inventif…

J : joueur, jovial, joyeux, juste…

L : loyal, logique, lucide…

M : minutieux, modeste…

N : naïf, naturel, noble, nuancé…

O : objectif, obligeant, optimiste, ordonné, organisé, ouvert…

P : pacifique, paisible, patient, persévérant, poli, ponctuel, pondéré, posé…

R : raffiné, raisonnable, rapide, rassurant, réfléchi, résolu, responsable, rusé…

S : savant, sensible, serein, serviable, sincère, social, soigné, solide, stable…

T : tenace, tolérant, tranquille, travailleur…

V : vaillant, valeureux, vigilant, vrai…

Voici une liste de défauts : arrogant, bavard, brusque, bruyant, capricieux, colérique, détestable, égoïste, excité, faible, grossier, impatient, impoli, inattentif, indiscret, infidèle, irritable, irresponsable, jaloux, lunatique, maladroit, malhonnête, méchant, menteur, négligent, orgueilleux, paresseux, susceptible, têtu…

Ce qu'en dit la Bible

1S 16.1-13

Dieu envoie Samuel oindre un fils d'Isaï en lui demandant de ne prêter attention ni à son apparence ni à sa haute taille. Il ne s'agit pas de se fier à ce que l'homme voit, car l'homme voit ce qui frappe les yeux, tandis que le Seigneur voit au cœur. C'est David que Dieu a choisi.

À quoi Dieu accorde-t-il de l'importance en nous ? Ceux qui nous entourent, que regardent-ils en nous, à quoi accordent-ils de l'importance ?
Et moi, quel est mon regard sur ceux qui m'entourent ? Quel est mon regard sur moi-même ?
Autrement dit : ne pas s'arrêter aux apparences ! Notons que c'est particulièrement difficile dans notre société où l'image a tant d'importance.

La Bible ne cache ni les limites ni les faiblesses de nombreux personnages bibliques : Moïse (Ex 4.10,13), Abraham (Gn 12.12-13), Gédéon (Jg 6.15), Jonas (Jon 1.1-3), des prophètes comme Élie (1R 19.3-4) ou Jérémie (Jr 15.10), et dans le Nouveau Testament : Paul (2 Co 12.9), Pierre (Mt 26.69-75)... Évoquez certains de ces personnages bibliques déjà connus et discutez de leurs faiblesses.

Quel regard posons-nous sur nous-mêmes ?

Chercher dans la Bible les passages qui montrent qu'en Christ nous avons une nouvelle identité : amis de Jésus (Jn 15.15), adoptés comme enfants de Dieu (Ep 1.5), inséparables de l'amour de Dieu (Rm 8.35-39), temples de Dieu (1Co 3.16), ministres de la réconciliation (2Co 5.18-21).

On constate parfois qu'un jeune éprouve un sentiment de « non-valeur ». Une tension réside entre l'humilité (qui ne doit pas être confondue avec une mauvaise estime de soi) et une juste confiance en soi (à distinguer de l'orgueil). Oui, nous sommes marqués par le péché, nous sommes peu de chose, avortons, selon Paul, mais nous sommes créés à l'image de Dieu. Et c'est par amour pour ce peu de chose que Christ a donné sa vie à la croix. Il faudrait pouvoir se regarder de temps en temps dans le miroir de Dieu !

Activités

L'arbre aux ressources

▷ *Pour qui ?* À partir de 6 ans

▷ *Nombre de participants :* une quinzaine

▷ *Matériel :* dessin d'un grand arbre en papier avec de nombreuses branches, post-it, feutres

▷ *Déroulement :* chaque participant inscrit son nom sur une branche, et dans les feuilles qui s'y trouvent, il note ce qu'il est capable de faire, par exemple : sauter à la corde, dessiner, jouer du piano...

Cette activité peut donner suite à des échanges de compétences et à un apprentissage coopératif.

Le coffre aux trésors

Cette activité s'adresse aux plus jeunes et se mène tout au long des séquences. Dans ce coffre, chacun pourra ranger régulièrement, tout au long de l'année, ce qu'il apprend sur ses qualités, sur ses faiblesses, sur ses réussites, sur ses échecs… Cela permet de laisser une trace que l'enfant pourra retrouver quand il le souhaite pour oser prendre confiance en lui.

▷ *Pour qui ?* 6–10 ans

▷ *Matériel :* une boîte à chaussures que chacun personnalisera pour en faire un coffre aux trésors contenant :

– Un petit miroir sous le couvercle pour renvoyer à chacun son image, sans déformation.

– Des lunettes pour évoquer le changement de regard sur soi et sur les autres.

– Une lampe de poche pour mettre à jour ses trésors cachés.

– Une petite brosse pour balayer les jugements destructeurs.

À chaque séance, prévoir un petit temps, à la suite du cercle de parole par exemple, pour inviter chacun à compléter son coffre avec une trace de ses réussites vécues depuis la séance précédente.

Pour aller plus loin...

Reconnaître des qualités

– suppose de se connaître un peu dans différents domaines (scolaire, familial, amical…) ;

– passe par le regard des autres (c'est un jugement de l'autre) avec lequel on a le droit de ne pas être d'accord.

Reconnaître ses qualités et les exprimer peut procurer une satisfaction personnelle, renforcer la confiance en soi, donner un regard positif sur soi, sur les autres.

Approfondir éventuellement une question comme :

– Les qualités peuvent-elles évoluer avec le temps ? Comment ?

– Qu'est-ce qui peut empêcher de regarder ses propres qualités ou celles des autres, ou au contraire y aider ?

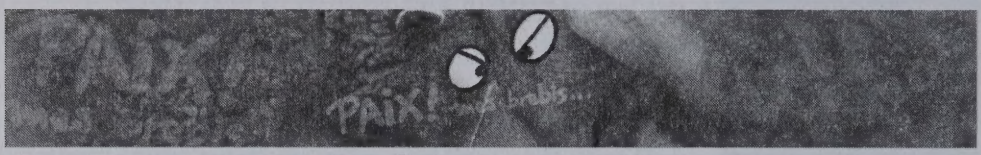
– Que regarde-t-on plus facilement chez l'autre ou chez soi-même, ses qualités ou ses défauts ? Pourquoi ?

L'estime de soi progresse avec le travail sur le respect des différences, la communication, le développement de la coopération, l'approfondissement de la connaissance des autres cultures... L'estime de soi aide à s'affirmer en osant exprimer ses émotions, ses sentiments, ses besoins, en osant dire non lorsque c'est utile et en apprenant à formuler des demandes claires.

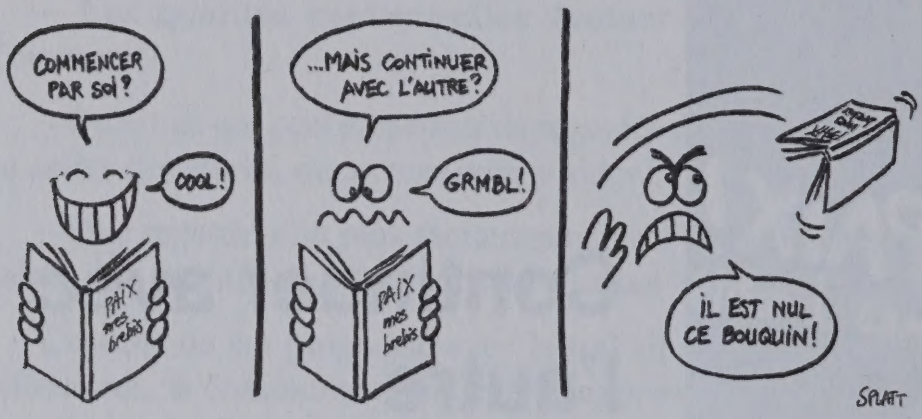
Chapitre II

Continuer avec l'autre

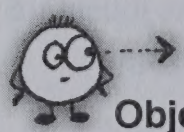
Nous ne vivons pas isolés, nous sommes en relation avec les autres et nous communiquons avec eux, que ce soit par les mots ou par notre corps. Les émotions jouent un rôle essentiel dans ces deux langages.



2.1 Exprimer des émotions



Pour communiquer, il est donc important de reconnaître ses émotions et celles des autres. Cela participe à la connaissance de soi et favorise une meilleure compréhension mutuelle. Cela nécessite aussi entraînement, patience et volonté !



Objectifs :

- Reconnaître des émotions (les miennes et celles des autres) et leur intensité.
- Élargir le vocabulaire relatif aux émotions (cf. qualificatifs cités précédemment).

Ce paragraphe se limitera aux quatre émotions principales ; on pourra utiliser par la suite la liste de qualificatifs associés. On peut ne traiter que l'une ou l'autre des émotions.

• La peur

Plutôt perçue comme désagréable, elle aide cependant à se protéger d'un danger (réel ou supposé).

Quelques qualificatifs associés : apeuré, craintif, alarmé, anxieux, inquiet, tendu, effrayé, terrifié, terrorisé, épouvanté, paniqué, horrifié, angoissé, sidéré…

• La colère

Elle fonctionne un peu comme une alarme indiquant qu'une limite est atteinte. Elle peut parfois être dirigée contre soi-même, notamment quand l'estime de soi est au plus bas. D'une certaine façon, elle répare ce que l'on ressent comme une atteinte à notre personne. Mais une colère rentrée, non exprimée, peut provoquer rancune et amertume ou exploser à un autre moment qui semblera sans rapport avec la cause réelle du déclenchement de la colère.

Quelques qualificatifs associés : fâché, enragé, agacé, exaspéré, agité, contrarié, indigné, furieux, nerveux, irrité, hostile, dégoûté…

• La joie

Elle procure un sentiment de bien-être et de paix qui renforce les capacités.

Quelques qualificatifs associés : content, heureux, joyeux, excité, satisfait, ravi, paisible, reconnaissant, confiant, soulagé, rassuré, rasséréné, épanoui, enthousiaste, stimulé, vivifié, exubérant, émoustillé, euphorique…

• La tristesse

Elle est l'étape indispensable pour se reconstruire après une perte (celle d'un objet, d'une personne, de quelque chose nous concernant…).

Quelques qualificatifs associés : impuissant, débordé, mécontent, malheureux, blessé, abattu, accablé, découragé, déprimé, démoralisé, désespéré…

Jeux

Comment je me sens quand... ?

▷ *Pour qui ?* 8–13 ans

▷ *Nombre de participants :* une dizaine

▷ *Déroulement :* l'animateur énonce des événements simples et demande aux participants de dire en un mot ce qu'ils ressentent. Cela permet aussi une évaluation du vocabulaire disponible.

Exemples : comment te sens-tu lorsque :

– c'est ton anniversaire ?

– quelqu'un te bouscule ?

– tu marques un but ?

Dire ou ne pas dire ?

▷ *Objectif :* apprendre à repérer si des sentiments sont clairement exprimés ou non

▷ *Pour qui ?* 11–15 ans

▷ *Nombre de participants :* par quatre, de façon à favoriser les discussions

▷ *Matériel :* liste de phrases

▷ *Déroulement :* chaque groupe de quatre reçoit la même liste de phrases décrivant des situations variées et doit se mettre d'accord pour savoir si les sentiments de celui qui parle sont

décrits explicitement ou seulement indirectement évoqués. Voici quelques exemples complétés :

	Sentiment décrit	Sentiment évoqué
Je suis content que tu m'aies aidé.	×	
Merci de m'avoir aidé.		×
Ralentis ! La voiture devant nous freine.		×
J'ai peur quand tu roules si près de l'autre voiture.	×	
Ton attitude est vraiment nulle !		×
Je suis en colère à cause de ton attitude.	×	

Ce qu'en dit la Bible

L'expression des émotions est bien présente tout au long de la Bible, particulièrement dans les psaumes. En elles-mêmes, elles ne sont ni bonnes ni mauvaises, mais c'est plutôt ce que nous en faisons qui importe.

- La peur

Mt 14.22-33 : Jésus marche sur l'eau du lac

Demander aux jeunes de s'imaginer à la place des disciples dans la barque. De quoi ont-ils peur et comment l'expriment-ils ? Que leur répond Jésus ?

Pourquoi Pierre a-t-il peur alors que son maître est là ?

La peur (panique) des disciples et celle de Pierre, dans cet épisode, sont-elles de même nature ?

Comment Jésus répond-il à Pierre ?

Souligner que l'expression fréquente « N'ayez pas peur » est toujours accompagnée d'un gage de présence, de protection comme au verset 27. La peur a pour antidote la confiance.

Voici quelques passages que l'on peut faire découvrir : Gn 15.1 ; Ps 23.4 ; Ps 118.6 ; Lc 12.32, etc.

• La colère

Remarquons d'abord que la Bible évoque souvent la colère de Dieu (son jugement) qui intervient lorsque les hommes trahissent la relation d'alliance. Mais la compassion divine se manifeste ensuite.

La colère de l'homme est présentée comme mauvaise conseillère et signe d'une mauvaise maîtrise de soi. Cependant, on pourrait différencier la colère « contre », celle qui produit des condamnations (Mt 5.21-22), celle qui renonce à définir ce qu'elle défend, qui ne dit pas son origine et qui finalement nous étouffe, de la colère « pour » la justice et le respect.

1S 24.1-20 : David et Saül

Quel sentiment semble à l'origine de la colère de Saül ? Comment se manifeste-t-elle ?

Quant à David, comment réagit-il ? Quels conseils lui donnent ses amis ?

David exprime ce qu'il a sur le cœur, sans agressivité. Cette attitude pacifique calme la colère de Saül qui peut ainsi reconnaître son erreur.

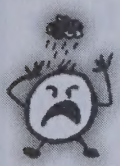
Réfléchir à sa propre attitude face à la colère : explosion ou refoulement ? La maîtrise de soi fait partie du fruit de l'Esprit, mais ne doit pas être confondue avec le refoulement. Mieux vaut exprimer sa colère en formulant ses sentiments.

Ep 4.26 exhorte à ne pas pécher en se mettant en colère, mais à plutôt régler la situation par le pardon.

Activité

Gonfler deux ballons...

Pour faire comprendre le mécanisme de la colère : gonfler deux ballons, chacun représentant la colère qui enfle ; puis faire exploser l'un des deux ballons en le perçant, afin de faire comprendre l'effet destructeur d'une colère explosive. Laisser l'autre ballon se dégonfler progressivement et constater qu'il est conservé.



Mémoriser Jc 1.19-20 par reconstitution des versets. Texte à décoder : Ps 37.1-2

Ce qu'en dit la Bible

• La tristesse

L'Ancien Testament mentionne les larmes ou les cris comme manifestations de la tristesse lors d'un deuil (Abraham à la mort de Sarah), lors d'une grande souffrance du peuple ou d'une personne (Job).

Concernant Jésus, seul Jean mentionne ses pleurs à la mort de Lazare et seul Matthieu mentionne la tristesse de Jésus à Gethsémané.

Lire simplement **Mt 26.36-46**

Et nous, face à la tristesse et aux larmes, de quoi avons-nous besoin ?

Dieu est le Dieu de toute consolation, il est compatissant et réconforte dans toutes les situations.

• La joie

Chez Ésaïe, la joie, en lien avec le salut, est très présente. Dans les psaumes, elle est la marque des justes, de ceux qui obéissent au Seigneur et la louange est l'expression de la joie reconnaissante.

Dans le Nouveau Testament, chez Luc, la joie est provoquée par la Bonne Nouvelle et par les miracles. Jean, quant à lui, relie la joie, comme état intérieur de plénitude, à la connaissance du Christ ressuscité. Paul mentionne aussi très souvent la joie en lien avec l'espérance et le règne de Dieu.

Jn 16.17-24

Dans ce passage, quelles émotions se côtoient ? Tristesse des disciples à l'annonce de la mort de Jésus, joie pour l'envoi du Saint-Esprit.

Pourquoi la tristesse des disciples se changera-t-elle en joie ? La joie que Jésus donne est parfaite et ne peut être enlevée, elle ne dépend pas des circonstances extérieures.

Mémoriser le texte des Béatitudes, Mt 5.1-12, en associant une gestuelle

« Quand il voit la foule qui le suit, Jésus monte sur la montagne. Il s'assied, ses disciples s'approchent. Alors, il se met à les instruire. Heureux les pauvres de cœur : le Royaume des cieux est à eux ! »

→ Tous les participants se placent en demi-cercle, mettent les mains comme pour recevoir un bien précieux, puis les soulèvent.

« Heureux les doux : ils obtiendront la terre promise ! »

→ Les bras redescendent et on ouvre les mains vers l'avant.

« Heureux ceux qui pleurent : ils seront consolés ! »

→ On met les mains sur le visage en baissant la tête, puis chacun met son bras sur l'épaule de son voisin.

« Heureux ceux qui ont faim et soif de justice : ils seront rassasiés ! »

→ Tous avancent d'un pas, tendent les bras vers le haut, puis les croisent sur la poitrine.

« Heureux les miséricordieux : ils obtiendront miséricorde ! »

→ On se tourne vers son voisin, on met les deux bras sur son épaule, et on se sourit.

« Heureux les cœurs purs : ils verront Dieu ! »

→ Tous se haussent sur la pointe des pieds et lèvent les bras le plus haut possible.

« Heureux les artisans de paix : ils seront appelés fils de Dieu ! »

→ Tous se donnent la main.

« Heureux ceux qui sont persécutés pour la justice : le Royaume des Cieux est à eux ! Heureux êtes-vous si l'on vous insulte, si l'on vous persécute, et si l'on dit faussement toute sorte de mal contre vous, à cause de moi. »

→ Tous se mettent à genoux en s'abaissant vers le sol.

« Réjouissez-vous, soyez dans l'allégresse, car votre récompense est grande dans les cieux ! »

→ Tous se redressent lentement et reprennent la position initiale.

N.B. Il est important de laisser le temps aux gestes de se faire avec lenteur. Cela permet aussi de s'imprégner de la Parole.

L'animateur pourra souligner que :

– ces béatitudes sont un chemin de bonheur pour ceux qui veulent suivre Jésus (insister sur le mot « heureux »). Elles sont une invitation à la joie.

– cette « charte de vie » est souvent à l'opposé de ce que nous dit notre société où il faut être riche, arriver le premier… Il faut donc apprendre à faire des choix et à être des témoins courageux du Christ.

Pour aller plus loin...

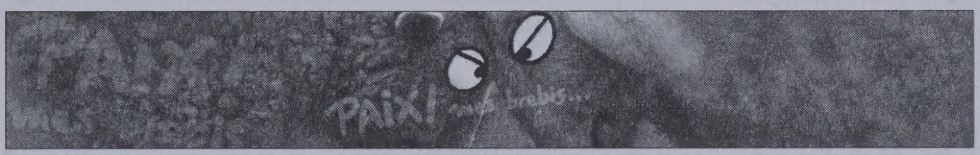
Souvent perçue de façon négative dans notre culture, chacune des émotions de base peut cependant être considérée positivement :

- si elle permet de résoudre mes problèmes,

- si elle permet de mieux faire comprendre le problème (aux autres et à moi),

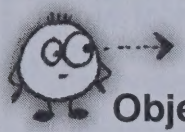
- si elle est adaptée à la situation.

S'affirmer soi-même tout en reconnaissant ses limites et ses faiblesses, exprimer ses émotions, ses besoins et ses désirs, écouter l'autre en s'efforçant de comprendre son point de vue, sont les étapes nécessaires sur le chemin d'une non-violence active.



2.2 Différents langages pour s'exprimer

Les émotions s'expriment au travers des mots, des silences, des gestes, des actions…



Objectifs :

• Reconnaître l'expression des émotions en langage verbal et non verbal. • Exprimer un message avec son corps. • Associer un fait, une idée, une émotion et une sensation.

Jeux et activités

Mime

▷ *Pour qui ?* 6–12 ans

▷ *Nombre de participants :* une dizaine

▷ *Déroulement :* les participants sont en cercle. Un volontaire mime par un geste le mot ou l'expression que lui aura confiée en secret l'animateur : Arrête – J'ai froid – Avance – Oui – Non – Viens – Écoute – Attends – Regarde – Je suis content – Je suis triste – Je suis en colère – J'ai peur – Je m'en fiche.

Celui qui devine le mot, prend la place au milieu du cercle et reçoit à son tour un message à exprimer avec son corps.

Réfléchir et discuter, à chaque fois, sur les indices qui ont permis de trouver.

Méli-mélo des émotions

▷ *Pour qui ?* 8–13 ans

▷ *Nombre de participants :* 10 à 15

▷ *Déroulement :* afficher les étiquettes sur un tableau (si possible avec une couleur différente pour chaque catégorie) et demander à chacun d'associer un fait (ex : On se moque de moi), une idée (ex : Personne ne m'aime), une émotion (ex : Je suis découragé), une sensation (ex : Je pâlis).

Faits

Je suis pris dans une bagarre.
J'ai une mauvaise note.
On m'aide à faire quelque chose.
On se moque de moi.
J'attends un ami.
Je dois prendre la parole.
On a gagné un match.
Je suis seul.
On m'a volé quelque chose.
Je me fais disputer.
On m'accuse.
De l'argent a été volé.
J'ai eu 20/20.

Idées

Personne ne m'aime.
Ensemble, on réussit.
Je ne peux pas accuser sans preuve.
Je le mérite bien.
Je me vengerai, c'est lui.
C'est à cause de moi.
Je n'y arriverai jamais.
Il vaut mieux me taire.
Mes parents vont être contents.
Ça pourrait être mieux.
Je ne peux pas accuser sans preuve.
Pour une fois, c'est moi.

Sensations

J'ai mal à la tête. | J'ai le cœur qui bat. | J'ai froid.

Je transpire. | J'ai envie de pleurer. | J'ai mal au cœur.

Je ne peux plus parler. | Je pâlis. | Je ris. | Je pleure.

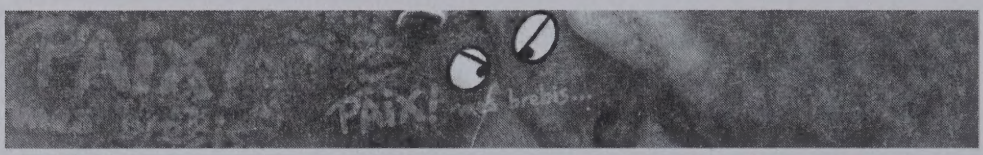
J'ai chaud. | J'ai mal au ventre. | Je rougis. | J'étouffe.

Je tremble. | Je trépigne. | J'ai la gorge sèche.

J'ai besoin de cogner. | J'angoisse. | Je hurle.

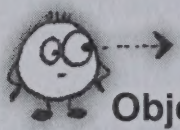
Pour aller plus loin...

Pourquoi est-il important de faire attention au langage du corps de l'interlocuteur ? Parce que le langage non verbal constitue une grande part de notre façon de communiquer. En outre, pour que la communication soit réussie, il faut qu'il y ait concordance entre le message verbal et le non verbal.



2.3 Communiquer : s'exprimer et écouter

Il est important de bien communiquer, de pouvoir s'exprimer à la fois verbalement et non verbalement pour formuler ses besoins, ses désirs. Cela implique une écoute active, attentive autant aux mots qu'aux gestes, afin de tenter d'en saisir le sens profond. Sinon, *« quand il y a le silence des mots, se réveille trop souvent la violence des maux »*, comme l'écrit Jacques Salomé.



Objectif :

- Améliorer la qualité de la communication en renforçant les capacités d'écoute, d'expression des émotions, des besoins, des demandes.

Ce qu'en dit la Bible

Dans la Bible même, nous pouvons repérer différents moyens de communication : la parole, bien sûr, l'écoute, le corps (par exemple, lorsque David manifeste sa joie en dansant), l'écrit, les actes. Jc 1.19 souligne que l'écoute est plus importante que la parole.

Lc 10.38-42

Pourquoi l'attitude de Marie est-elle qualifiée de meilleure que celle de Marthe, dans ce passage ? Marie se rend disponible ; peut-être qu'habituellement elle s'active aussi, on ne le sait

pas. En tout cas, ici elle se met à l'écoute. Quant à Marthe, sa remarque révèle sa frustration.

Comment faire pour mieux écouter Dieu ? Comment faire pour mieux écouter l'autre ? Faire des pauses, se mettre à l'écart, au moins dans sa tête, analyser les priorités.

Jeu

Descriptions à la chaîne

▷ *Pour qui ?* 7–15 ans

▷ *Nombre de participants :* 4 à 15

▷ *Déroulement :* former des équipes de quatre à six joueurs. Chaque équipe décide qui va commencer et la personne désignée reçoit un dessin (avec des figures géométriques par exemple) de la part de l'animateur (le même dessin dans chaque groupe pour simplifier le débriefing). Le premier joueur a deux ou trois minutes pour regarder le dessin et le mémoriser. Il doit ensuite le décrire, en trois minutes, en chuchotant à l'oreille d'un joueur de son équipe. Puis le deuxième joueur décrit à son tour le dessin au joueur suivant d'après la description précédente et ainsi de suite jusqu'à ce que le dernier joueur ait mémorisé la description et fasse le dessin. Lors de chaque description, les participants doivent rester silencieux. À la fin, on compare les deux dessins et on revient sur le déroulement de l'activité.

Pour aller plus loin...

L'intérêt du jeu est de comparer les deux dessins et de s'interroger sur les raisons des distorsions : oublis, transformations... En effet, chacun a une écoute sélective, accordant de l'importance à certains éléments plus qu'à d'autres.

Comment faire pour rester fidèle au message initial ? Proposer que celui qui doit retransmettre, vérifie au préalable qu'il n'a rien oublié en reformulant par exemple le texte. Reformuler consiste à redire à ma façon ce que j'ai compris du message que j'ai reçu (« Si j'ai bien compris, ... »). Cela montre que j'écoute et que j'ai bien entendu la situation, les sentiments, les arguments ; cela permet de vérifier que j'ai bien compris, sinon, l'autre peut compléter ou corriger.

Pour ce type de jeu, le débriefing a un rôle presque aussi important que le jeu lui-même.

Activité

Le dessin dicté

▷ *Pour qui ?* Tout âge ; il suffit de faire varier la complexité du dessin à reproduire.

▷ *Matériel :* une feuille de papier de format A5 pour chacun, soit blanche soit comportant un dessin plutôt géométrique à reproduire.

▷ *Déroulement :* former des binômes. Par deux, les enfants s'assoient dos à dos. Remettre à l'un des deux la feuille avec le

dessin qu'il doit décrire à l'autre, sans le lui montrer, afin que ce dernier le reproduise selon les instructions reçues. À la fin, on compare reproduction et original.

Consignes spécifiques pour celui qui décrit : décrire le dessin en nommant seulement les formes géométriques sans faire référence à ce que le dessin représente, ni à l'usage qu'il peut avoir ; ne pas répéter.

On peut ensuite échanger les rôles, avec un autre dessin évidemment.

Pour aller plus loin...

Pourquoi les reproductions sont-elles différentes ? Éléments de réponse : des perceptions différentes, des compréhensions différentes.

Entre émetteur et récepteur, quel rôle a semblé le plus facile ? Pourquoi ?

Quelles difficultés avez-vous rencontrées ? Qu'est-ce qui aurait pu faciliter l'exercice ?

Attirer l'attention sur le fait que, souvent, nous pensons avoir compris ce que l'autre veut dire, avant même la fin de ses explications. Il est important de vérifier nos perceptions pour éviter les malentendus.

Chacun est entièrement responsable de ce qu'il dit et de sa manière de le dire. Chacun est entièrement responsable de ce qu'il comprend et de son écoute.

Activité

Le trio d'écoute

▷ *Pour qui ?* 12–15 ans

▷ *Nombre de participants :* au moins 3

▷ *Déroulement :* faire des groupes de trois : une personne parle, une autre écoute et reformule et la dernière observe.

Le premier participant doit parler pendant deux minutes d'un sujet précis (par exemple de son émission préférée, d'un passe-temps, d'une chose aimée ou détestée…).

Le deuxième met en pratique des techniques d'écoute active (reformulation, demande de précisions) et le troisième observe la scène en utilisant une grille d'évaluation sur laquelle il faut noter les techniques utilisées par l'auditeur (gestes, mimiques, silences, répétition de certains mots, reformulation, exclamations, mots d'approbation, demandes de précisions, regards…). Ensuite, l'observateur dispose d'une minute pour donner ses commentaires aux deux autres personnes. Échanger les rôles.

Pour aller plus loin...

Qu'ont ressenti les participants dans chacun des rôles ?

La reformulation leur a-t-elle semblé facile ?

Quelle est l'utilité d'une écoute attentive, active ?

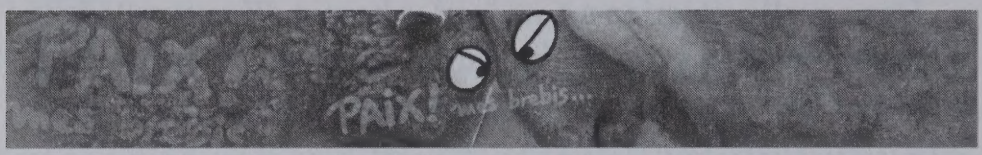
Dans quelle situation a-t-on le plus besoin d'écouter ? Quand on ne comprend pas ce que dit l'autre, ou quand on est en désaccord avec lui, ou face à une personne très émotive.

Écouter quelqu'un, ce n'est pas seulement entendre les mots. Une écoute attentive, active, met en jeu les oreilles, l'intelligence, la sensibilité et surtout la volonté, volonté d'écouter et de comprendre la personne qui parle.

Que celui qui a des oreilles pour entendre, entende !

Dans le dossier du Dimanche pour la paix 2016 des Églises mennonites de France (voir p. 102, « Continuer avec l'autre »), étaient proposés des outils de communication non violente, à l'usage des chrétiens.

La communication, la manière dont on écoute et dont on parle, manifeste ce qui nous habite au moment où nous communiquons. Bien communiquer peut s'apprendre par l'acquisition de techniques, mais rien ne peut suppléer l'attitude intérieure de décentrement de soi. Ce décentrement de soi et cet intérêt pour l'autre sont indispensables pour développer une bonne écoute, une bonne expression, pour que la communication ne soit pas seulement un échange verbal.

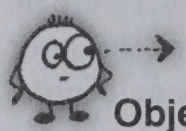


2.4 Pour bien communiquer : parler en « je »

Parler en « je » ne signifie pas tout ramener à soi, mais permet de se positionner correctement face à son interlocuteur.

En résumé : pas de « communication klaxon tu-tu-tu », car le « tu » tue ! Les phrases en « tu » contribuent souvent à l'escalade d'un conflit, car l'interlocuteur se sent attaqué.

Le « message-je » est un moyen de communiquer ce que l'on ressent sans attaquer l'autre personne. On attaque le problème, pas la personne. Cela facilite le dialogue et la recherche d'une solution.



Objectifs :

• Au travers de différentes situations, observer différents messages possibles et leurs effets.

• Identifier ses besoins et les exprimer. Une émotion révèle un besoin ; par exemple, la peur peut révéler un besoin de sécurité ; la colère, un besoin d'être respecté…

• Identifier des alternatives à l'expression agressive et s'exercer à utiliser le « message-je ».

Activité

Exemples de situations

Demander aux enfants de mimer ou de jouer successivement chacune des situations. Insister sur la distinction entre les faits observables et les émotions ressenties pour la victime ; réfléchir à ce dont l'enfant aurait besoin (être respecté, aimé, etc.).

1. Le terrain de foot est boueux. Deux joueurs te font tomber et rient en voyant ton pantalon tout sale.

2. Ton camarade lance une boule de papier dans la salle et c'est toi que le professeur gronde.

3. En sortant de la bibliothèque, un élève fait tomber tes livres ; il voit que tu n'es pas content et tu commences à t'énerver. Il te dit : *« Je blaguais, c'est tout ! Qu'est-ce qui te prend ? »* Que lui dis-tu ?

4. En arrivant dans la salle d'école du dimanche, tu vas t'asseoir à côté d'un enfant qui dit aussitôt : *« Oh non, pas toi ! »* Que lui dis-tu ?

Le but est de s'exercer à formuler son message de la façon suivante :

▷ dire le nom de l'autre personne : .....

▷ dire les faits : *« Quand tu as ..... »*

▷ exprimer comment on se sent : *« Je me suis senti ..... »*

▷ expliquer pourquoi (ses besoins) : .....

▷ dire ce que l'on voudrait : .....

En communication non violente, le « message-je » est repéré par la formule **OSBD**, que l'on illustre parfois par un bonhomme dont :

- la tête correspond à l'**O**bservation des faits, rien que les faits, sans jugement : *« Quand tu as fait, quand tu as dit... »* ;

- le cœur correspond aux **S**entiments induits par la situation : *« Je me suis senti... »* ;

- le ventre correspond aux **B**esoins concernés satisfaits ou non : *« J'aimerais, j'ai besoin de ... »* ;

- les jambes correspondent à la **D**emande pour satisfaire ces besoins : *« Je te propose, je te demande... »*.

Pour aller plus loin...

Prendre conscience que ses émotions sont l'expression de besoins, satisfaits ou non ; cela permet de se sentir responsable de ce que l'on ressent et de s'exprimer à partir de soi et non de l'autre. Je ressens de la colère, par exemple, car j'ai besoin d'être respecté.

Ce qu'en dit la Bible

Ps 43

Quand l'ennemi est là (v. 2), quels sont les comportements et les sentiments manifestés et exprimés par David ? Air sombre.

De quoi David a-t-il besoin ? Que justice soit rendue et sa cause défendue (v. 1).

Que demande-t-il ? Il fait appel à la lumière et la loyauté de Dieu (v. 3).

Les psaumes d'imprécation permettent de crier à Dieu ce que l'on ne peut dire à l'autre. Ils évitent aussi un passage à l'acte violent. Bien sûr, Dieu connaît nos besoins mieux que nous-mêmes ne les connaissons ! Mais il est bon de nous exercer à exprimer les faits, à dire nos sentiments, notre désir, et de discerner quelle est la volonté de Dieu, afin d'exprimer clairement une demande.

Notes personnelles

Chapitre III

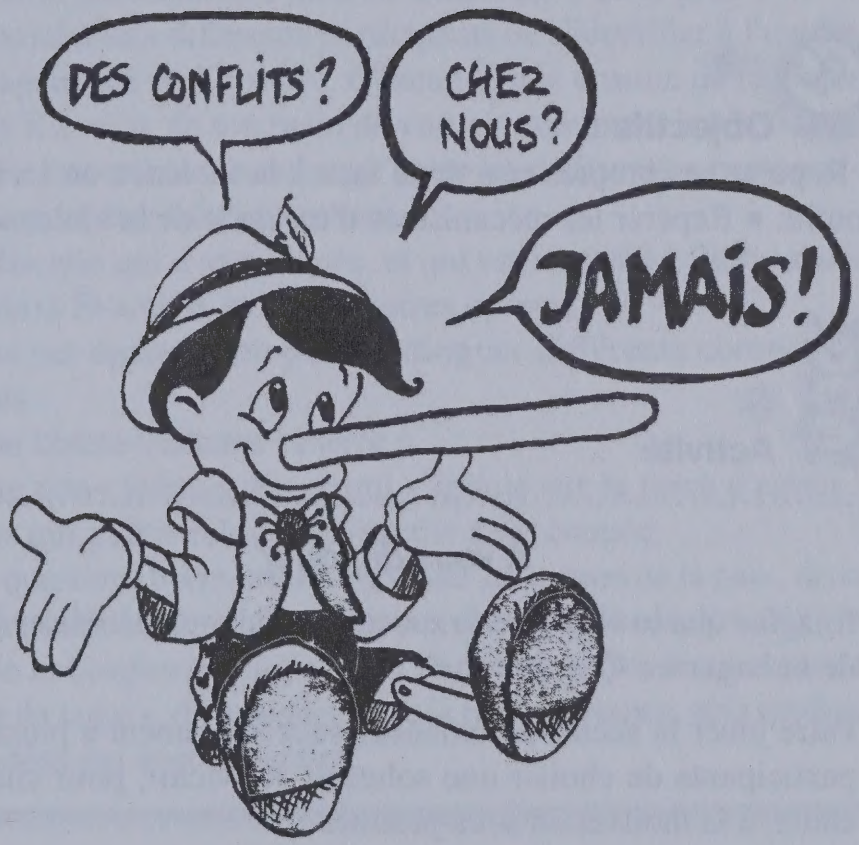
Le conflit dans la relation : passerelle ou mur ?

Dispute, querelle… Le conflit est une expérience incontournable de la vie, même dans les Églises ! Il naît chaque fois qu'il y a confrontation de besoins, d'intérêts ou de valeurs. Il ne s'agit pas de le supprimer, mais d'apprendre à le traverser et à le transformer. Tout ce qui précède, à savoir un travail pour une meilleure connaissance de soi, de ses forces, de ses faiblesses, une écoute active de l'autre, une reconnaissance des émotions, constitue un atout pour une meilleure communication.

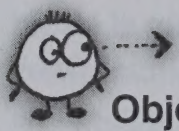
Dans le conflit, il est souvent difficile de considérer l'autre comme un partenaire plutôt que comme un adversaire. Le conflit fait pourtant partie de la relation.

« Ni hérisson, ni paillasson ! » La formule est souvent utilisée pour résumer la non-violence : ne pas blesser l'autre, et ne pas se laisser piétiner. C'est cette dynamique qui permet de transformer des conflits en occasions de construire des relations moins destructrices.

Voici dans les prochaines pages quelques propositions pour une transformation pacifique.


DES CONFLITS ?
CHEZ NOUS ?
JAMAIS !

3.1 Observation d'un conflit



Objectifs :

• Repérer ses propres réactions face à la violence ou lors d'un conflit. • Repérer les mécanismes d'escalade de la violence.

Activité

À vous de jouer

Imagine que tu vois dans la rue ton meilleur camarade en train de se bagarrer. Que fais-tu ?

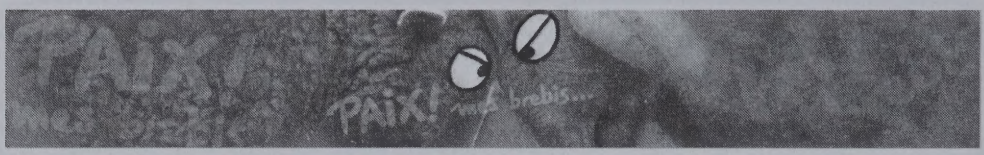
Faire jouer la scène et demander successivement à plusieurs participants de choisir une solution. Réfléchir, pour chaque choix, à la motivation sous-jacente.

Tenter de les séparer, regarder et ne rien faire, appeler à l'aide, appeler le 18 ? Utiliser une arme ? Aider ton ami à avoir le dessus ? Autres suggestions ?

Ce qu'en dit la Bible

Lc 22.47-54

Quelles sont les personnes impliquées dans cette situation ? Jésus, Judas, les gardes et les prêtres, le serviteur du grand prêtre, le disciple qui tire l'épée, les autres disciples.
À quelle personne de l'histoire s'identifie-t-on le plus ?
Demander aux différents participants de s'identifier à l'un des protagonistes de l'histoire. Chacun essaie ensuite de raconter ce qu'il a vécu, de son point de vue, en exprimant les émotions qu'il a ressenties. Un échange entre les différents « personnages » peut être très intéressant.
Le disciple qui a sorti l'épée, et qui est identifié à Pierre dans un autre Évangile, avait-il d'autres options ?
Dans cet épisode, on peut distinguer différents comportements :
– une contre-violence : Pierre ;
– une non-violence active qui s'appuie sur la force d'aimer : Jésus qui guérit celui dont l'oreille a été coupée.
Ces questions permettront d'aborder les termes de la paix, de la justice et de la non-résistance. Avec les plus grands, lire l'article 22 de la *Confession de foi dans une perspective mennonite* au sujet de la paix, de la justice et de la non-résistance, puis repérer les idées qui sont nouvelles.



3.2 Réactions et attitudes dans le conflit

Dans un conflit, d'autres attitudes sont également possibles, comme la passivité en n'intervenant pas ou en faisant semblant de ne pas voir.

Objectifs :

- Repérer les mécanismes d'escalade de la violence et les moyens qui permettent de la désamorcer.
- Distinguer la personne de son comportement, afin de se centrer sur l'objet du conflit.
- Susciter des comportements donnant les meilleures chances d'une transformation non violente du conflit.

Ce qu'en dit la Bible

Gn 13.1-13

Pourquoi les bergers se disputent-ils ? Quelles solutions Abram aurait-il pu envisager ?

– Fuir : Abram aurait pu prendre peur, trouver que le problème était trop épineux et abandonner toutes les bonnes terres à Lot.

– Contraindre : arguant de son âge et de son autorité, Abram aurait pu décider de garder les bonnes terres pour lui et obliger Lot à céder.

– Ignorer le problème : Abram aurait pu refuser de voir le problème et la situation aurait dégénéré.
– Faire un compromis : la raison étant le manque de place, Abram a proposé une solution simple : partager le terrain. Il a renoncé à revendiquer une position dominante (âge, autorité), pour une solution qui convienne aux deux.
En tant que chrétien, l'attitude à adopter est celle de l'ouvrier de paix, de l'ambassadeur de réconciliation comme Paul l'écrit en 2Co 5.17-20.
Dans des situations différentes, il faut apprendre à choisir la meilleure attitude.

Jeux et activités

Proposer plusieurs situations conflictuelles et demander à chacun de décrire, pour chacune d'elles, sa réaction, ses sentiments, son besoin et sa demande. Mettre à disposition le vocabulaire des sentiments cité précédemment.

– En jouant aux billes, mon partenaire triche et gagne la partie.

– Un grand costaud se moque de moi et m'insulte.

– Quelqu'un colporte des choses fausses à mon sujet.

– …

Sur le principe des ânes

▷ *Pour qui ?* 8–13 ans

▷ *Nombre de participants :* 5

▷ *Matériel :* une corde de deux mètres de long

▷ *Déroulement :* deux joueurs, deux observateurs pour regarder chacun des joueurs et le dernier observe toutes les interactions. Attacher les deux joueurs par la taille aux deux extrémités de la corde et leur demander de se tenir dos à dos, à environ 1 m de distance l'un de l'autre. Placer ensuite un objet à 3 ou 4 m devant chacun des joueurs. Le but du jeu est que les joueurs attrapent l'objet devant eux.

Une discussion a posteriori, à partir de l'observation des comportements, permet souvent de réaliser qu'il était possible, dès le début, de coopérer !

Les chaises

▷ *Objectif :* apprendre à repérer si des sentiments sont clairement exprimés ou non

▷ *Pour qui ?* 8–13 ans

▷ *Nombre de participants :* une quinzaine

▷ *Matériel :* quatre chaises

▷ *Déroulement :* placer quatre chaises au milieu de la pièce et séparer les joueurs en trois à cinq groupes de quatre, selon le nombre de participants. Chaque groupe reçoit une instruction secrète à exécuter ; par exemple :

- placer les chaises en cercle ;
- sortir les chaises de la pièce ;
- faire en sorte que les chaises ne soient jamais en face les unes des autres.

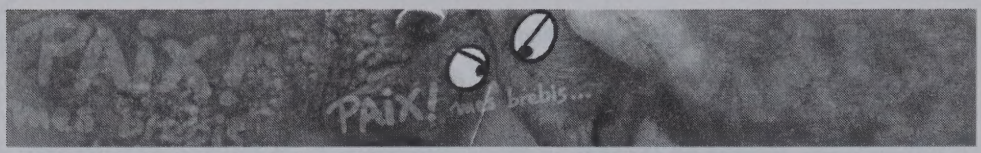
Au signal de l'animateur, tous les groupes commencent.

En fait, les tâches doivent être complémentaires et non contradictoires. Elles peuvent donc toujours se réaliser en même temps, mais bien souvent, les groupes commencent par se disputer sans communiquer. Ce n'est qu'ensuite qu'ils finissent par se rendre compte qu'il aurait été plus simple et plus rapide de coopérer. Le débriefing est une étape très importante qui permet d'en prendre conscience.

Pour aller plus loin...

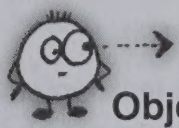
Évoquer les situations rencontrées au travers des jeux précédents, revenir sur les solutions mises en œuvre et se demander si elles privilégient le but recherché ou plutôt la relation.

L'approche non violente peut être une négociation ou une solution coopérative.



3.3 Le bouc émissaire

Mieux se connaître, soi et les autres, mieux communiquer, repérer les réactions possibles en cas de conflit ne suffit pas encore à transformer de façon constructive les conflits. Un phénomène assez fréquent est celui du bouc émissaire qui peut concerner une personne ou un groupe entier.



Objectif :

- Repérer les conditions et le mécanisme d'apparition d'un bouc émissaire dans une situation donnée

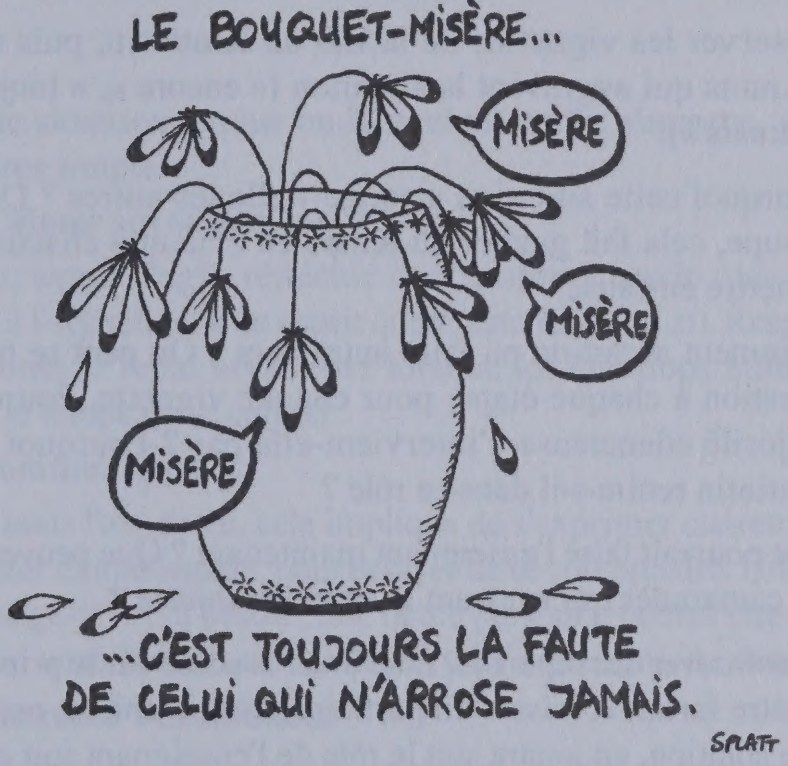
Ce qu'en dit la Bible

Lv 16.20-26 et Hé 10.10-22

Le jour des Expiations, on amenait au grand prêtre un bouc qu'il chargeait symboliquement de tous les péchés d'Israël et qui était ensuite chassé au désert.
Montrer que Jésus est à la fois le prêtre et la victime offerte. Il a porté nos souffrances et il s'est chargé de nos péchés en s'offrant lui-même comme un bouc émissaire.

Dans le langage courant, le bouc émissaire est celui que le groupe rend souvent responsable de tout ce qui ne va pas. Bouc émissaire et souffre-douleur sont des expressions assez proches.

Jésus, lui, a porté volontairement nos fautes. Mais lorsqu'on parle de bouc émissaire dans un groupe, celui-ci n'est souvent ni volontaire ni conscient de ce rôle.



Activités

Le bouc émissaire en fable et en BD

1. En littérature, la fable *Les Animaux malades de la peste* de La Fontaine.

Le texte est à réserver aux plus âgés, compte tenu du langage et du vocabulaire employés. Il illustre le phénomène du bouc

émissaire. Repérer les étapes successives qui conduisent à accuser, en toute fin, le baudet.

2. Bande dessinée de Rintin (voir « Ressources pour l'utilisation du Dossier », p. 102 , chap. 3).

Observer les vignettes de la BD de Rintintin, puis relever les mots qui aggravent la situation (« encore », « toujours », « jamais »).

Pourquoi cette situation arrange-t-elle les autres ? Dans un groupe, cela fait gagner du temps en évitant à chacun de se remettre en cause.

Comment aurait-on pu faire autrement ? On peut se poser la question à chaque étape, pour chaque vignette. Pourquoi la majorité silencieuse n'intervient-elle pas ? Pourquoi l'élève Rintintin rentre-t-il dans ce rôle ?

Que pourrait faire l'enseignant maintenant ? Que peuvent faire les camarades qui trouvent la situation injuste ?

Pour trouver des réponses, faire jouer la scène sur le principe du théâtre forum et laisser un participant intervenir en proposant une solution, en jouant soit le rôle de l'enseignant soit celui de l'élève ; puis un autre participant peut jouer la suite en cherchant à infléchir le déroulement des événements.

Pour aller plus loin...

Ce n'est pas facile de résister à la pression du groupe. Cette question permet d'aborder la manipulation, la circulation des préjugés, des stéréotypes et des rumeurs.

3.4 Sortie de conflit

Dans une situation tendue ou lorsqu'un conflit s'amorce, voici des repères simples.

1er C : Calmer ses sentiments

S'arrêter, avant d'agir, réfléchir à sa propre attitude (due à la jalousie, à l'orgueil ou à un esprit querelleur, cf. Pr 26.21). Respirer et se donner le recul nécessaire lorsque les émotions affluent. Prendre le temps de se calmer.

2e C : Communiquer

Comme nous l'avons vu, cela implique de s'exprimer clairement, de s'écouter mutuellement, pour essayer de se comprendre. Utiliser le « message-je ». Au besoin, une tierce personne pourra être médiateur ou conciliateur, afin de favoriser l'expression de chacun.

3e C : Chercher des solutions

À la différence des deux étapes précédentes, celle-ci nécessite la volonté de chacun de trouver un terrain d'entente. Elle requiert aussi de la créativité pour imaginer des solutions possibles qui sont, à ce moment-là, seulement énoncées et pas discutées.

4e C : Choisir la meilleure

Si plusieurs solutions ont été proposées, le choix peut se faire par vote, par élimination, par consensus, etc. Trouver un terrain d'entente devient plus facile lorsque les besoins de chacun ont été clairement identifiés. L'objectif est de trouver une solution gagnant-gagnant.

La prière trouve sa place à chacune des étapes : pour crier à Dieu sa propre colère, par exemple, afin de calmer ses sentiments, pour lui demander de la créativité afin de trouver une solution satisfaisante, pour rétablir une relation apaisée avec l'autre, pouvant conduire au pardon.

Activité

À vous de jouer

Proposer aux jeunes de jouer la situation de conflit suivante : à l'école, il n'y a qu'un seul terrain de foot où veulent jouer, pendant les récréations, les plus jeunes et les plus grands. Mais ces derniers utilisent la force pour occuper le terrain et les plus jeunes n'y ont pas accès. Demander à deux participants de jouer le rôle d'un grand et d'un plus jeune, d'essayer de s'écouter et de suivre les différentes étapes pour parvenir à une solution gagnant-gagnant.

Ce qu'en dit la Bible

Gn 37.1-33

1er C : Calmer ses sentiments

Quels sont les sentiments présents dans ce passage ? Jalousie, haine… Les frères de Joseph ont-ils identifié leurs sentiments ?

2e C : Communiquer

Les frères de Joseph auraient pu exprimer leur sentiment d'injustice à voir leur frère être préféré par leur père. Ils auraient

aussi pu dire leur agacement lorsque Joseph leur fait part de ses rêves.

3e C : Chercher des solutions

Les frères de Joseph ont choisi la violence (meurtre) ; seul Ruben a voulu le sauver. Le compromis a donc été de le vendre. Cette violence a réglé leurs problèmes de jalousie, mais ils ont dû mentir à leur père.

– Auraient-ils pu agir différemment ? Relever les propositions. Quelques suggestions :

– Dès le début, parler à leur père pour lui dire leur besoin d'être traités à égalité, de se sentir autant aimés que Joseph.

– Rendre Joseph conscient des difficultés posées par l'attitude du père et par la sienne propre, afin de changer leurs regards sur lui.

– ...

– ...

4e C : Choisir la meilleure

Parmi les idées proposées, laquelle semble la meilleure ?

Jeu

Le nœud gordien

▷ *Pour qui ?* 10–15 ans

▷ *Nombre de participants :* 8 à 15

▷ *Matériel :* quatre chaises

▷ *Déroulement :* former un cercle très serré et se tenir face à face. Fermer les yeux et tendre les bras au milieu du cercle pour attraper une autre main. L'animateur vérifiera que toutes

les mains sont prises. Puis rouvrir les yeux et essayez petit à petit de défaire le nœud de bras sans se lâcher les mains. Le jeu est terminé lorsque tous les participants forment à nouveau un cercle, chacun tenant la main de son voisin.

Créativité et coopération sont nécessaires pour dénouer ce nœud.

3.5 Pardonner

Pardonner, c'est nommer le mal commis et le condamner, renoncer au droit de se venger et choisir de faire du bien plutôt que de rendre le mal.

Ce qu'en dit la Bible

Gn 45.1-15

Lire ou raconter la fin de l'histoire de Joseph et sa réconciliation avec ses frères en Égypte. Cette réconciliation s'est-elle accompagnée d'un pardon ? Qu'est-ce qui le laisse penser ?

Il y a plusieurs étapes sur le chemin du pardon :
- Examiner sa propre responsabilité dans ce qui arrive : Joseph n'était pas complètement innocent, rappelons-nous ses rêves et sa relation privilégiée à son père.
- Répondre à l'offense de manière appropriée : sans contrepartie, Joseph accueille ses frères et leur demande de ne pas avoir de remords.
- Réagir positivement à l'offense : Joseph explique à ses frères tout le positif de la situation, car il va pouvoir leur venir en aide. Dieu a transformé le mal en bien.

Ces étapes se franchissent aussi avec la prière. Le but du pardon est la réconciliation et la restauration de la relation.

L'éducation à la transformation des conflits et l'éducation à la coopération vont de pair.

L'approche compétitive, souvent facteur d'exclusion (conflit avec gagnant/perdant) doit laisser une place plus importante à une approche coopérative où le respect et l'écoute mutuels vont permettre de rechercher ensemble une solution créative et durable.

Chapitre IV

Coopération et justice restaurative

4.1 Coopération et compétition

Coopérer, c'est faire, vivre et apprendre avec les autres, par les autres et pour les autres et non pas seul contre les autres. Ce n'est pas simple et cela s'apprend aussi, par exemple au travers de réalisations communes (œuvres artistiques, saynètes, sketches…) ou par le jeu. Cependant, même dans les jeux basés sur la compétition peut être développé un aspect coopératif. L'animateur a un rôle à jouer pour y valoriser l'entraide et les stratégies de groupe. Dans un jeu coopératif, il faut veiller à maintenir une dynamique en créant un contexte stimulant, comme pour les parcours où il faut franchir des obstacles.

Oui, mais, dans la « vraie vie », il faut se battre pour réussir ! C'est souvent le message transmis par les adultes, ce qui encourage évidemment l'esprit de compétition. Il est important d'apprendre à gagner comme il est important d'apprendre à perdre, mais gagner sans écraser l'autre et perdre sans ressentiment.

Dans la « vraie vie » encore, les conflits sont fréquents. L'approche coopérative où les deux parties, dans le respect et l'écoute, cherchent ensemble une solution créative et durable au problème doit être valorisée.

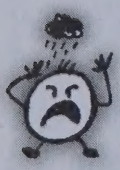
Dans les jeux coopératifs, le bilan post-jeu, le débriefing (« pour aller plus loin… ») est un moment important, car il favorise une réflexion sur ce qui vient d'être vécu, d'abord individuellement puis en groupe. Il permet de ne pas s'arrêter sur la performance, mais considère aussi la façon dont on a gagné. L'animateur valorise

le fair-play, le partenariat et, comme nous l'avons vu précédemment dans ce Dossier, il aide à analyser les forces et les faiblesses de l'équipe, ce qui pourra être réinvesti dans un autre jeu, par exemple.

Ce qu'en dit la Bible

Mc 2.1-12 Guérison d'un paralytique

Même si la coopération n'est pas l'aspect principal de ce récit de guérison, le texte est intéressant.
Regarder ces cinq hommes s'approcher de Jésus. Après lecture du passage, demander à cinq participants de jouer la scène ; leur demander ensuite ce qu'ils ont ressenti, ce qui s'est passé entre eux pendant les différentes étapes : concertation, réflexion, décision, réalisation, obstacle…
En tout cas, leur décision implique une coopération entre eux et une confiance envers Jésus.
Quelles qualités ont-ils mises en œuvre ? Créativité et persévérance pour surmonter les obstacles.
Faire remarquer que le texte n'a laissé aucune parole de leur part, mais seulement leurs actes.

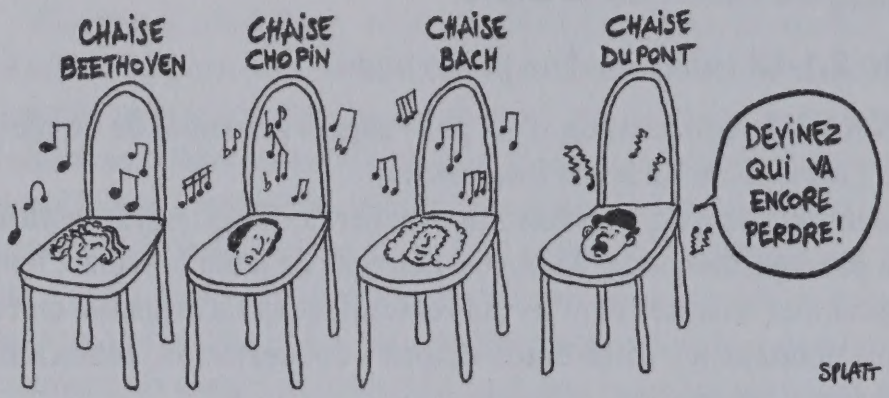


Mémoriser Ec 4.9-10a

« Deux valent mieux qu'un, parce qu'ils retirent un bon salaire de leur travail. Car s'ils tombent, l'un relève son compagnon. »

Jeux et activités

La chaise musicale



C'est un jeu très connu où, dans la version compétitive, la personne qui n'a pas trouvé de chaise est éliminée jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'une personne : le gagnant.

▷ *Objectif :* réaliser une tâche commune, à savoir que le plus grand nombre de personnes possible soient assises sur le moins de chaises possible.

▷ *Pour qui ?* Dès 8 ans

▷ *Nombre de participants :* une dizaine (tenir compte de la solidité des chaises !)

▷ *Matériel :* chaises

▷ *Déroulement :* les participants sont assis en cercle, les chaises étant tournées vers l'extérieur. Au signal, par exemple lorsque l'animateur met la musique, chacun doit se lever, se déplacer dans la pièce et devra changer de chaise. Pendant ce

temps, on enlève une chaise. Lorsque la musique s'arrête, tous les participants doivent s'asseoir. Le but est que chacun soit assis sans que ses pieds ne touchent terre. À un moment ou un autre, il faudra donc s'asseoir les uns sur les autres ! Et ce, d'autant plus qu'il y aura de moins en moins de chaises.

Ne pas oublier les questions de débriefing à la fin du jeu : comment ai-je vécu la proximité physique des autres participants ? Me suis-je senti à l'aise pendant le jeu ?

Le mille-pattes

▷ *Objectif :* les participants doivent effectuer un parcours en étant liés par l'une de leurs chevilles, sans qu'aucun ne tombe évidemment. Une entente sur les modes de déplacement choisis et la coopération sont donc indispensables.

▷ *Pour qui ?* 7–12 ans

▷ *Nombre de participants :* une dizaine

▷ *Matériel :* chaises

▷ *Déroulement :* le parcours peut être parsemé d'obstacles qu'il faut enjamber ou franchir de diverses façons. Il peut se faire à l'extérieur avec des obstacles naturels ou à l'intérieur avec des chaises, tables, etc.

Le serpent

▷ *Objectif :* faire effectuer un parcours à un serpent constitué d'une corde sur laquelle sont fixées autant de cordelettes que de participants.

▷ *Pour qui ?* 7–12 ans

▷ *Nombre de participants :* une dizaine

▷ *Matériel :* compter environ 1 m de corde pour deux participants et une cordelette de 40 cm par participant ; ces cordelettes seront attachées sur la corde tous les 50 cm.

▷ *Déroulement :* les participants se disposent alternativement de part et d'autre de la corde-serpent, chacun tenant une cordelette. Un parcours a été préparé par l'animateur : passer sous une chaise, contourner une table…, si le jeu se passe à l'intérieur ; à l'extérieur, les obstacles naturels conviennent tout à fait. L'animateur tient la tête du « serpent » et imprime donc une direction à son déplacement. Aux participants de veiller à se coordonner pour que le serpent ne touche aucun obstacle, ce qui pourrait par exemple lui être fatal !

À noter que plus les cordelettes sont espacées, plus il est difficile de mener précisément le serpent.

Remplir un seau (jeu d'extérieur)

▷ *Pour qui ?* Dès 7 ans

▷ *Nombre de participants :* par équipes de quatre ou cinq

▷ *Matériel :* un seau et un arrosoir ou tout autre récipient permettant de transporter de l'eau et sur lequel on peut fixer plusieurs cordelettes de 50 cm à 1 m de long environ.

▷ *Déroulement :* former des équipes de quatre ou cinq ; chaque participant tient une ficelle à son extrémité et l'équipe doit effectuer un parcours parsemé d'obstacles pour aller vider l'arrosoir dans le seau. Le but est de remplir le seau le plus rapidement possible. Chronométrer l'épreuve.

Les boîtes coopératives

▷ *Pour qui ?* 7–13 ans

▷ *Nombre de participants :* 4 à 15

▷ *Matériel :* longs bâtons, boîtes de conserve vides

▷ *Déroulement :* former des équipes de quatre ou cinq. Les participants ont chacun un long bâton et doivent coopérer pour empiler des boîtes de conserve seulement avec l'aide des bâtons.

Les sculpteurs aveugles

▷ *Pour qui ?* 7–13 ans

▷ *Nombre de participants :* 8 à 16

▷ *Matériel :* pâte à modeler ou pâte à sel, bandeaux

▷ *Déroulement :* les participants sont assis, les yeux bandés, par groupes de deux, face à face. Chaque binôme dispose d'une boule de pâte à modeler. L'animateur leur demande de sculpter une œuvre commune. Ils peuvent décider ensemble quel projet ils vont réaliser.

Activités avec un parachute

Ces jeux peuvent être pratiqués en extérieur ou en intérieur, si l'espace est suffisamment grand et suffisamment haut. Ils impliquent tout le corps et une bonne attention aux consignes pour une réussite collective.

▷ *Pour qui ?* 7–13 ans

▷ *Nombre de participants :* 6 à 20 selon la taille du parachute.

▷ *Matériel :* parachute de 3,50 m à plus de 7 m de diamètre.

▷ *Déroulement :* les participants sont debout en cercle et tiennent le parachute tendu, par le bord ou une poignée. Faire lever les bras sans lâcher le parachute et laisser la toile se gonfler : elle forme un parapluie. Lorsque la toile est en haut, les participants peuvent avancer d'un petit pas en tirant doucement le bord de la toile, afin de s'asseoir dessus. La toile forme un igloo, jusqu'à ce qu'elle redescende complètement sur les participants.

Lorsque les participants sont familiarisés avec le maniement du parachute, de nombreux jeux sont envisageables.

Pour aller plus loin...

Poser des questions à l'issue d'un jeu coopératif, tant au niveau des émotions que des stratégies élaborées. Ces questions peuvent concerner ce qui a été ressenti (malaise, bien-être, peur…), ce qui s'est passé dans le groupe pendant l'exercice, ce que chacun a aimé ou n'a pas aimé, ce qu'il a appris, etc.

Réfléchir au rôle joué par chacun, aux difficultés rencontrées pour faire entendre son point de vue ou pour se mettre d'accord sur une stratégie afin de réaliser l'activité.

Dans le jeu de la chaise musicale notamment, réfléchir si l'on préfère la version habituelle (élimination) ou la version coopérative. Chercher les raisons de ce choix.

Si l'on a rencontré une situation conflictuelle lors du jeu, s'interroger sur ses propres réactions et réfléchir à sa capacité à gérer positivement ce conflit.

Commencer par soi et se connaître mieux au travers de ses points forts et de ses faiblesses, continuer avec l'autre, à la fois semblable et différent, apprendre à mieux communiquer et à transformer positivement les inévitables conflits, tout cela permet de mieux vivre ensemble au sein des différents groupes dans lesquels chacun évolue au cours de sa vie.

Il est important de reconnaître son propre besoin d'aide et de savoir l'offrir de façon appropriée. L'entraide, la solidarité découverte et manifestée lors d'activités coopératives, stimulent pour devenir acteurs dans une société où la paix et la justice doivent progresser.

4.2. Une justice et une discipline restauratives

Que ce soit lors d'un jeu ou dans la vie d'un groupe, qui dit règles, dit inévitablement transgression ! Cela peut donner à l'ensemble du groupe l'occasion de réfléchir à une justice restaurative plutôt que punitive.

« C'est pas juste ! » Voici une expression fréquente chez les enfants, que ce soit en famille ou à l'école.

Il existe une justice qui ne se cantonne pas à énoncer une peine méritée par le coupable : c'est une justice qui restaure et guérit. Son but est la restauration des relations entre toutes les personnes concernées, victime, auteur et milieu environnant. Cette justice est liée à la réconciliation et au pardon qui sont au cœur même de l'Évangile.

Ce qu'en dit la Bible

Lc 19.1-9

Zachée est un collecteur d'impôts. Or les collecteurs d'impôts prenaient souvent aux gens plus que ce qu'ils devaient, donc le peuple de Jéricho est victime de Zachée.
Zachée reconnaît-il sa culpabilité ? Qu'est-ce qui le montre ?
Il accepte de dédommager ses victimes, comme le mentionne la Loi (Ex 22 par exemple).

Pourquoi Zachée va-t-il plus loin que la Loi de l'Ancien Testament en promettant de donner la moitié de ses biens aux pauvres ?
C'est quelque chose qu'il voulait faire en plus pour réparer le dommage causé.

Activité

À vous de jouer

Par groupes de deux, pensez à une occasion où quelqu'un vous a fait du tort. Qu'auriez-vous aimé que fasse ensuite cette personne ?

Faire jouer sous forme de sketch où intervient ensuite, face à la victime, un autre participant qui proposera une réparation possible.

Que signifie réparer ? Rembourser, reconnaître sa responsabilité, sa culpabilité, et se repentir…

L'œuvre de Dieu dans le monde est l'histoire d'une longue réconciliation. Dieu est la source de nos réconciliations et de nos pardons. La Bible dit que Dieu était en Christ réconciliant le monde avec lui-même (2Co 5.19). La réconciliation entre les humains, par la restauration de bonnes relations, est la marque d'une vie fraternelle. Il ne s'agit pas, en premier lieu, de changer l'autre, mais de changer à l'égard de l'autre.

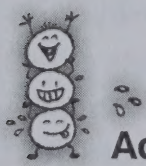
Mémoriser 2Co 5.18-19

« Et tout vient de Dieu, qui nous a réconciliés avec lui par le Christ, et qui nous a donné le ministère de la réconciliation. Car Dieu était dans le Christ, réconciliant le monde avec lui-même, sans tenir compte aux humains de leurs fautes, et mettant en nous la parole de la réconciliation. »

Pour aller plus loin...

La réparation ne fait pas disparaître le mal causé, mais elle montre que l'auteur du mal possède une dette envers la victime et la communauté, et qu'il cherche à la payer. Cela peut jouer un rôle important dans la réconciliation.

Tout comme la justice peut être restaurative, la discipline, en tant qu'ensemble de règles, peut l'être, ce qui ne signifie pas l'absence de sanction. Cette dernière est importante pour rappeler la loi, responsabiliser l'auteur du tort causé et faire réparer une erreur commise à l'égard d'une victime ou d'un groupe.



Activité

Mise en situation

Proposer la situation suivante : l'un de tes parents te surprend en pleine bagarre avec ton petit frère qui voulait absolument jouer avec la maquette que tu avais patiemment construite.

Résultat : c'est toi qui es grondé, car tu es le plus grand. Quelles pensées te viennent à l'esprit ? Quels sont tes sentiments ?

– La rancœur : *« Ce n'est pas juste ! »*

– La revanche : *« Vous verrez la prochaine fois... »* qui mène à la vengeance.

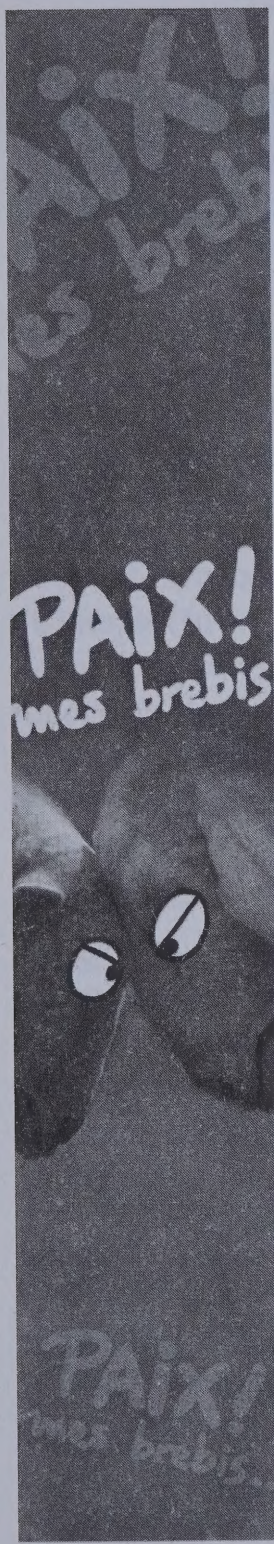
– La rébellion : *« Je ne me laisse pas faire. »* Ou : *« Je sauve la face... »* qui suscite un comportement d'opposition.

– Le retrait : *« Je ne me ferai plus prendre. »* Ou : *« Je ne vaux rien... »* qui provoque un désengagement.

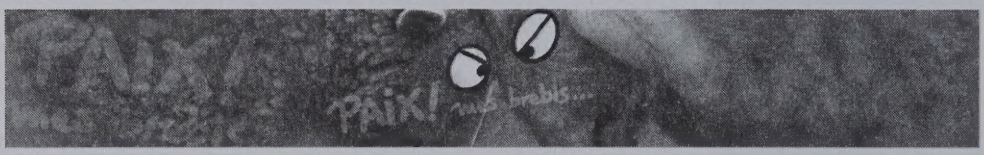
La sanction devrait pouvoir entraîner une autre réponse que celles-ci. Un enfant doit se sentir encouragé à améliorer son comportement et y trouver une motivation.

Le propos de la justice et de la discipline restauratives est plutôt de donner à chacun, enfant ou adulte, l'occasion d'être entendu dans ce qu'il vit et de prendre sa part de responsabilité dans le conflit, afin de trouver ensemble de nouvelles façons d'agir qui offrent plus de satisfaction à toutes les parties en jeu. En cela, la justice et la discipline restaurative sont des éléments importants de l'éducation à la paix et à la non-violence.

Notes personnelles



Annexes



Annexe A – Fondements bibliques de la paix

« Nous croyons que Dieu est le Dieu de la paix et qu'il veut la paix dès l'origine du monde qu'il créa. Cette paix est pleinement révélée en Jésus-Christ. C'est lui notre paix et celle du monde entier. » (Article 22 de la *Confession de foi dans une perspective mennonite*)

1 La violence dans la Bible

Lorsque nous lisons la Bible, l'Ancien Testament apparaît rempli de violence. La conquête de Canaan par le peuple d'Israël se fait dans la violence ; certains psaumes évoquent la demande de destruction des méchants ; des prophètes annoncent le jugement par la guerre…

À la lecture de certains passages du livre de l'Exode ou du Lévitique, c'est la violence ordonnée par Dieu lui-même qui peut choquer ; il n'est qu'à lire les peines encourues pour divers crimes. Pourtant, le but de ces lois est de limiter la vengeance et son escalade. La violence ne fait pas partie du plan initial de Dieu : ce sont les hommes qui ont choisi de suivre cette voie.

Jésus-Christ vient pleinement révéler la paix de Dieu. Il ne s'agit plus alors de seulement limiter la vengeance, de ne pas rendre le mal pour le mal, mais de passer de la vengeance au pardon et de la haine à l'amour. C'est le chemin de paix que montre Jésus au travers de ses enseignements et de sa vie.

❷ Comment Jésus nous montre-t-il le chemin de la paix ?

Rappelons seulement quelques grandes lignes.

Jésus donne, en Jn 13.34, un commandement nouveau qu'il accomplit et mène à son terme jusqu'à la croix (Ep 2.16). Dans le Sermon sur la montagne, il appelle à un changement radical d'attitude en demandant d'aimer aussi ses ennemis : proposition souvent jugée idéale et… irréalisable.

Jésus montre le chemin de la paix en paroles et en actes. Pourtant, à la lecture du récit de son altercation avec les vendeurs du temple (Jn 2.13-16), certains mettent en doute son attitude pacifique. Dans son livre *Les chrétiens et la violence*[1], Jean Lasserre répond à cette critique en différenciant fermeté et violence, soulignant que Jésus n'a pas fait preuve de violence physique. Lors de son arrestation (Lc 22.50-53), il dissuade ses disciples d'utiliser la violence. Enfin, Jésus est allé au bout de la non-résistance en se laissant arrêter, insulter, maltraiter jusqu'à la mort.

Si, lors de son arrestation, il avait répondu aux gardes par la violence, ou s'il avait demandé à Dieu une armée d'anges pour le délivrer à Gethsémané, il n'aurait pas pu montrer ce chemin de paix. Son choix de ne pas résister, sa force d'aimer ont été essentiels pour l'accomplissement du salut.

Dans la Bible, les Évangiles ne sont pas les seuls livres à témoigner de l'importance de la non-violence et de l'amour de l'ennemi. Jésus-Christ, par sa mort à la croix, a détruit le mur de haine entre juifs et non-juifs : c'est ce qu'explique le chapitre 2 de la lettre de Paul aux Éphésiens.

---

[1] Jean Lasserre, *Les chrétiens et la violence*, Éd. Olivétan, Lyon, 2008.

Il est donc possible maintenant encore de détruire les murs de séparation entre communautés, entre cultures… En créant ainsi une nouvelle humanité, Christ opère un changement radical. À nous d'y trouver notre identité en Christ plutôt que dans les barrières d'hostilité qui divisent souvent la société et même les Églises. C'est ainsi que nous serons des ouvriers de paix et des ministres de la réconciliation.

❸ Violence, non-violence : une alternative ?

Existe-t-il vraiment une alternative aussi radicale ? Le terme de non-violence, construit à partir d'une négation, est un peu ambigu, car il donne l'impression que l'absence de violence est l'exact contraire de la violence. L'expression ne rend compte ni de l'affirmation de l'amour ni de la force de la vérité qui pourtant sont à la base de la non-violence. Mieux vaut parler de force d'aimer qui cherche toujours à préserver en l'autre la faculté de comprendre, de dialoguer et la possibilité d'une réconciliation.

Voilà le modèle de non-violence que Jésus nous offre. Par son attitude et ses paroles, non seulement il résiste à la violence, mais il y répond par la radicalité de son amour. C'est primordial dans la bonne nouvelle du salut et cela nous indique un chemin de paix à suivre en tant que disciples. Et nous ne sommes pas seuls sur ce chemin.

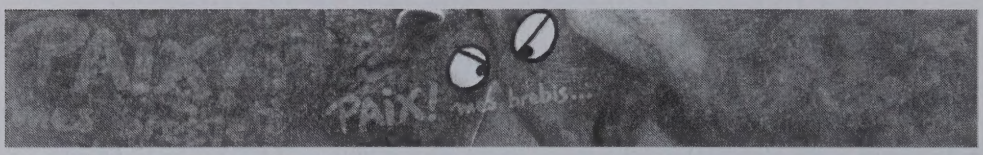
L'article 22 de la *Confession de foi dans une perspective mennonite* poursuit : *« Nous comptons sur le Saint-Esprit pour suivre le Christ sur le chemin de la paix, pour exercer la justice, pour apporter la réconciliation et pour pratiquer la non-résistance, même en temps de trouble et de guerre. »*

C'est dans la communauté chrétienne et sous la conduite de l'Esprit que nous pouvons expérimenter la paix et la réconciliation

que Christ nous a données à la croix. L'Église nous encourage, nous accompagne et nous permet, en quelque sorte, de nous exercer.

Lorsque nous sommes confrontés à nos propres limites, à la liberté de l'autre qui peut choisir de rester violent, l'Esprit nous guide pour trouver la brèche dans ce mur de séparation, même si nous n'en voyons pas.

La non-violence n'est pas une option : la force d'aimer est la voie que Jésus nous indique et sur laquelle il nous invite à le suivre. Ce n'est pas à la passivité que nous sommes appelés, mais à oser nous affirmer de manière non violente. Cela se cultive, comme le propose ce Dossier.



Annexe B – Ressources pour le groupe

❶ **Présenter des récits bibliques en dessins animés et vidéos**, par exemple :

- www.youtube.com/user/BibleTubeEnfant
- http://choisislavie.eklablog.com/videos-p570426
- www.theobule.org/enfance (site des Dominicains de Lille)

❷ **Mémoriser un verset :**

– avec des gestes issus de la Langue des signes :

- www.elix-lsf.fr
- www2.univ-paris8.fr/ingenierie-cognition/master-handi/etudiant/projets/site_lsf/dico_lsf/recherche.php

– avec des signes et pictogrammes (matériel téléchargeable sur le site du Makaton) :

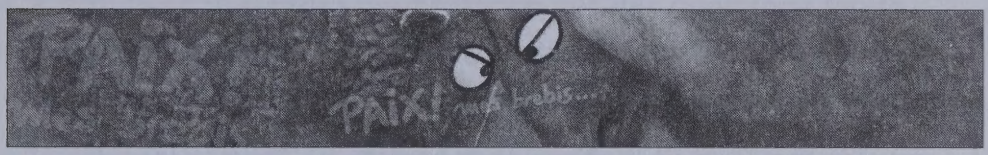
- www.makaton.fr/article/les-signes-et-les-pictogrammes.html

❸ **Reconstituer un texte avec des étiquettes :**

- http://micetf.fr/Etiquettes (générateur d'étiquettes)

❹ **Créer des rébus bibliques ou des textes en spirales :**

- www.kt42.fr/2016/05/pour-creer-des-logiciels-en-ligne-et-des-idees-cate.html (avec de nombreux logiciels aussi variés qu'utiles)



Annexe C – Ressources pour l'utilisation du Dossier

❶ Commencer par soi

En lien avec le texte de 1Co 12, Alain et Marion Combes proposent un chœur parlé sur la différence :

- www.aventures.org/catechese/choeur/difference.htm

De nombreux livres et albums de littérature jeunesse abordent le thème de l'identité sur le site de l'Institut Suisse Jeunesse et Média :

- www.ricochet-jeunes.org/themes/theme/354-identite

Un jeu (à partir de 12 ans) pour faire grandir l'estime de soi :

- www.lejokcoeur.fr/la-vie-devant-toi

La Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix a édité un livret pédagogique sur le coffre aux trésors :

- http://education-nvp.org/quinzaine-de-la-paix-et-de-la-non-violence-2016

- *Vice-versa*, film d'animation des studios Disney, 2015, 1 h 35 (pour enfants)

Ce film illustre simplement et avec humour ce qui se passe dans la tête d'une petite fille de 11 ans du point de vue de ses émotions : joie, colère, peur, dégoût et tristesse.

❷ Continuer avec l'autre

Le thème proposé aux Églises mennonites de France lors du Dimanche pour la paix 2016 portait sur une communication sans violence :

▪ www.editions-mennonites.fr/wordpress/wp-content/uploads/2017/04/dimanche-pour-la-paix-2016.pdf

▪ *Premier contact*, film de science-fiction de Denis Villeneuve, 2016, 1 h 56 (pour les plus grands et les adultes)

Dans la Bible, au travers du récit de la Tour de Babel, la diversité des langues et des modes de communication apparaît à la fois comme une force et un obstacle. Ce film montre comment une mauvaise interprétation d'un message peut avoir de terribles conséquences.

❸ Le conflit dans la relation : passerelle ou mur ?

Sur le thème du bouc émissaire, la Coordination pour l'éducation à la non-violence et à la paix a publié, dans sa revue trimestrielle d'octobre 2011, n° 21, un dossier (pages 16 à 18 pour la bande dessinée de Rintintin) :

▪ www.conflitssansviolence.fr/documents/doc11/le-bouc-emissaire.pdf

Le même organisme a également publié une fiche pédagogique sur le même thème :

▪ http://education-nvp.org/wp/wp-content/uploads/2014/08/Fiche-Respect-06-Le-souffre-douleur.pdf

▪ *Lettres au Père Jacob*, film de Klaus Härö, 2016, 1 h 14 (pour les plus grands et les adultes)

Ce film tisse une réflexion profonde sur des questions fondamentales de l'humain : les apparences, le poids du passé, la culpabilité, le pardon et la réconciliation, l'espérance et la désespérance, la fragilité de la vie, la solitude et bien sûr, la foi.

❹ Coopération et justice restaurative

Parachute coopératif et livret de jeux sont en vente sur de nombreux sites :

- www.wesco-eshop.fr/motricite-et-sport/psychomotricite-3-6-ans/equilibre-et-coordination/parachutes.html
- www.decathlonpro.fr/eveil-motricite/jeux-cooperation-opposition/parachutes.html

De nombreuses fiches d'activités reproductibles pour apprendre à prévenir et à gérer positivement les conflits, dans une démarche ludique favorisant la communication, le respect, l'autonomie, la coopération, etc., sont disponibles sur le site de l'Université de Paix de Namur en Belgique :

- www.universitedepaix.org/ressources/boite-a-outils

On y trouvera aussi d'autres jeux de coopération :

- www.universitedepaix.org/pdf/jeuxdecooperation.pdf

Des jeux coopératifs sont aussi commercialisés :

- www.jeux-de-traverse.com/3-jeux-cooperatifs (par exemple)

Le site coopératif Climat scolaire propose un guide très intéressant pour les collèges et lycées :

- www.reseau-canope.fr/climatscolaire/agir/axeId/justice-scolaire.html
- www.reseau-canope.fr/climatscolaire/fileadmin/user_upload/outilspdf/guide_justice_scolaire.pdf

▪ *Dinosaure*, film d'animation des studios Disney, 2000, 1 h 19 (pour les enfants)
De nombreuses scènes mettent en jeu la collaboration plutôt que la compétition et l'importance de compter sur les capacités de chacun, même des plus faibles, de différencier adversaire et ennemi.

▪ *Un autre chemin*, documentaire de 30 minutes de Isabelle Vayron et Chloé Henry-Biabaud, 2016 (pour les plus grands et les adultes)
Au travers de témoignages bouleversants, ce film illustre les thèmes de la justice restaurative : distinguer les faits, le crime, de la personne, le coupable, restaurer les relations, pardonner.
Une version de 53 minutes sous le titre « *Une autre justice* » peut être vue sur Internet :
▪ http://www.lcp.fr/emissions/droit-de-suite/278620-une-autre-justice

Annexe D – Quelques livres utiles

- Delobeau, Maryse, LLorca, Michel, Pujervie, Fabien, Vivien, Pierrick, *Des mots à dessein*, CRDP Haute-Normandie, 2009.

- Famille Je t'Aime, *Mieux vivre dans ma famille*, 5–7 ans et 11–13 ans, Guebwiller, FJA, 1999.

- Gerber, Jeanne, *Pour une éducation à la non-violence – Activités pour éduquer les 8-12 ans à la paix et à la transformation des conflits*, Lyon, Chronique Sociale, 2006.

- Stutzman Amstutz, Lorraine, *The Little Book of Restorative Discipline for Schools*, New York, Good Books, 2005.

- Timmermans-Delwart, Joëlle, *Devenir son propre médiateur – Se connaître, communiquer, transformer ses conflits*, Lyon, Chronique Sociale, 2015.

- Université de Paix, *Jeux coopératifs pour bâtir la paix*, Lyon, Chronique Sociale, 2005.

Notes personnelles

Les Dossiers de Christ Seul

(Plus de 100 titres depuis 1980)

1/2013	**Le mariage en (10) questions...** **Réflexions et enjeux pour notre temps** *Richard Gelin*
2/2013	**OSÉE, c'est osé !** **Le prophète de l'amour de Dieu** *Marc D. Paré*
3/2013	**Dieu au centre !** **Retrouver le sens du culte** *Janie Blough*
1/2014	**Cheminer avec Dieu** **La foi au quotidien** *Sous la direction de Linda Oyer (16 auteurs)*
2/2014	**Chrétien : l'autre nationalité** **Royaume de Dieu et identité nationale** *Neal Blough, Nicolas Farelly, Philippe Gonzalez, Thomas Gyger, Christophe Paya, Michel Sommer, Marie-Noëlle von der Recke*
3/2014	**Paroles et prières pour le culte** **Recueil à spirale** *Sous la direction de Silvie Hege (13 auteurs)*
1/2015	**Heureux !** **Le Sermon sur la montagne pour aujourd'hui** *John W. Miller*
2/2015	**L'islam en (20) questions** *Jamil Chabouh*
3/2015	**Ralentis... Fais du temps ton ami** *Frédéric de Coninck*
1/2016	**Décider en Église :** **casse-tête ou opportunité ?** *Sous la direction de Paul Hege ; Pascal Keller et autres*
2/2016	**Dieu. Simplement...** *Neal Blough*
3/2016	**La souffrance, un chemin de vie ?** *Linda Oyer*
1/2017	**Pornographie** **Le faux, le vrai & l'espérance** *Collectif*

Au sommaire
du prochain numéro : 3-2017

POINTS DE REPÈRE | ÉGLISE EN MARCHE | FOI AU QUOTIDIEN

Quand l'Église n'est plus au centre du village...

Par Stuart Murray

Table des matières :

1. Chrétienté et postchrétienté
2. La mission après la chrétienté
3. L'Église après la chrétienté
4. L'implantation d'Églises après la chrétienté
5. L'Europe après la chrétienté

Éditions Mennonites

Table des matières

Introduction 5

Si vous voulez la paix..., préparez-la ! 6

Recommandations pour le groupe 10

Recommandations pour l'utilisation du Dossier 12

Chapitre I – Commencer par soi 17

1.1 Présentons-nous 18
1.2 Je suis unique 23
1.3 À la fois semblables et différents 27
1.4 À la fois fort et faible : j'ai de la valeur ! 32

Chapitre II – Continuer avec l'autre 39

2.1 Exprimer des émotions 40
2.2 Différents langages pour s'exprimer 49
2.3 Communiquer : s'exprimer et écouter 52
2.4 Pour bien communiquer : parler en « je » 58

Chapitre III – Le conflit dans la relation : passerelle ou mur ? .. 63

3.1 Observation d'un conflit 66
3.2 Réactions et attitudes dans le conflit 68
3.3 Le bouc émissaire 72
3.4 Sortie de conflit 75
3.5 Pardonner 79

Chapitre IV – Coopération et justice restaurative. 81

4.1 Coopération et compétition 82

4.2 Une justice et une discipline restauratives 90

Annexes. 95

Annexe A – Fondements bibliques de la paix. 96

Annexe B – Ressources pour le groupe 100

Annexe C – Ressources pour l'utilisation du Dossier 101

Annexe D – Quelques livres utiles 105

Table des matières 110

Les Dossiers de CHRIST SEUL

Collection de livres édités en complémentarité avec le mensuel CHRIST SEUL : parution de 3 titres par an.
Depuis 2010, les Dossiers de Christ Seul se déclinent en trois catégories :

- « **POINTS DE REPÈRE** » aborde des thèmes généraux de la foi chrétienne, en lien avec des textes bibliques ou historiques, pour donner des repères aujourd'hui.
- « **ÉGLISE EN MARCHE** » alimente la réflexion sur l'Église, son sens et sa mission, localement et au plan international, pour favoriser sa croissance.
- « **FOI AU QUOTIDIEN** » traite de la mise en pratique de l'engagement chrétien au jour le jour, des ressources nécessaires et des défis à relever.

COMMANDES - ABONNEMENTS - CORRESPONDANCES

Éditions Mennonites

21 Avenue Jean Jaurès
25400 AUDINCOURT
FRANCE

: + 33 (0)3 81 95 56 30
: editions.mennonites@wanadoo.fr
: www.editions-mennonites.fr

ABONNEMENT ANNUEL (Tarifs en vigueur sur www.editions-mennonites.fr)

- Dossiers de Christ Seul – 3 par an : 25 € (tarif 2017)
- Jumelé avec le mensuel CHRIST SEUL : 69 € (tarif 2017)

PAIEMENT

- France et international :
cyberpaiement sécurisé ou chèques en Euros (€), à l'ordre de :
« ÉDITIONS MENNONITES », à renvoyer à :
ÉDITIONS MENNONITES - 21 Avenue Jean Jaurès 25400 AUDINCOURT - FRANCE.

- Suisse : cyberpaiement ou paiement possible par chèques en CHF uniquement* au CCP 23-5026-0 adressé à Communauté mennonite Les Bulles, CH-2300 La Chaux-de-Fonds - SUISSE, avec la mention : « Éditions Mennonites » et votre « n° d'abonné »**.

** Conversion au taux en vigueur à la date du règlement.*
*** En cas de réabonnement : votre n° d'abonné est présent sur vos courriers ou sur demande au service administratif.*

DATE DUE

4-28-20

GAYLORD

PRINTED IN U.S.A.

M 303.69 H462p 2017
Hege, Silvie.
Paix! mes brebis...

GOSHEN COLLEGE - MENNONITE HISTORICAL LIBRARY

3 9310 02045906 9

Silvie Hege a été, pendant une quinzaine d'années, professeure des écoles en zone d'éducation prioritaire. C'est dans ce cadre qu'elle a mené, auprès des élèves, un projet d'éducation à la paix notamment en les formant à la résolution non violente des conflits. Elle est actuellement pasteure de l'Église mennonite de Châtenay-Malabry.

Couverture, illustrations et pictos : SPLATT

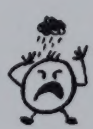
POINTS DE REPÈRE | ÉGLISE EN MARCHE | FOI AU QUOTIDIEN

Pourquoi proposer à un public jeune une éducation à la paix et à la non-violence ? Les enfants et les ados de nos Églises ne sont pas épargnés : ils rencontrent la violence au quotidien (à l'école, dans les médias, dans leur entourage…). Malheureusement parfois victimes, mais aussi parfois auteurs, ils sont au minimum spectateurs de cette violence. Pourquoi ne pas leur apprendre à être plutôt acteurs de paix ? Pour cela, ils ont besoin d'outils et d'aide de notre part.

La paix, facile d'en parler, mais comment la vivre ? Comment aborder des notions compliquées avec des enfants ou avec des ados, tout en les faisant participer, et sans perdre leur attention ? Mission impossible, vous diriez ? Voici un petit dossier très pédagogique qui vous propose de relever ce défi.

L'auteur nous donne ici une banque d'activités, guidées par une programmation détaillée. Différentes entrées sont proposées pour aborder la question de la non-violence au niveau individuel et relationnel : l'estime de soi, les émotions, la communication, les conflits… Une grande place est donnée aux jeux, mais aussi aux textes bibliques et à des questions de réflexion. Le rêve de tout moniteur d'école du dimanche ou animateur de groupes d'ados !

Marc Kuhn,
pasteur jeunesse des
Églises mennonites de France



EDM éditions mennonites

10.00 €

ISBN 979-10-91090-17-9

Paix ! mes brebis... Activités d'éducation à la non-violence
N° 2/2017
Collection « Les Dossiers de CHRIST SEUL »
Éditions Mennonites

9 791091 090179